أشهر وأحب كتب تعليمية ، وأوسعها انتشارًا
سلاح التلميذ
منذ عام ١٩٦٠
2023
بتصريح وتحت إشراف
MINISTRY OF EDUCATION AND TECHNICAL EDUCATION
مادة أساسية مضافة للمجموع
دليل ولي الأمر
5
المهارات المهنية
بداخل الكتاب: ملحق المراجعة والاختبارات والإجابات
الصف الخامس الابتدائي
الفصل الدراسي الثاني
Scanned with CamScanner

المحور الثالث

الصحّة والسلامة للجميع

سنسلّط الضوء في هذا المحور على:

- العادات الواجب اتّباعها للحفاظ على الصّحّة.
- فوائد الأنظمة الغذائية المتوازنة.
- البدائل النباتية للحوم ومقارنتها باستهلاك الوجبات السريعة.
- كيفية عرض الطعام وتخزينه وحفظه بشكل آمن وسليم.
- اللبن، وأنواع مختلفة من شراب الفاكهة الطبيعي والصناعي وعملية تصنيعها.
- استخدام الأدوات بشكل آمن في مكان العمل.
- كيفية التعامل مع حالات الطوارئ وتقديم الإسعافات الأوّليّة اللازمة.

ضع علامة (✔) في المربع المناسب لمدى تحقيقك للهدف

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:	جيد جدًا	جيد	بحاجة إلى مجهود أكبر
- يحدد أمثلة عن البروتينات الحيوانية والبدائل النباتية.	☐	☐	☐
- يخطط لتناول وجبة نباتية صحّية.	☐	☐	☐
- يختار بعض الأطعمة الجديدة التي لم يتناولها من قبل.	☐	☐	☐

- **ما الأطعمة التي تتناولها باستمرار؟ وأيٌّ منها نباتي؟**

لنتعلَّم

- **بدائل اللحوم.**

- يُعتبَر النظام الغذائي المتوازن أساس الجسم الصحّي والعقل السليم.
- تتطلَّب الوجبة المغذية خيارات متوازنة بين البروتين النباتي والحيواني.
- يُفضِّل بعض الناس تناول البروتينات الحيوانية بينما البعض الآخر يُفضِّل تناول البروتينات النباتية فقط.
- النظام الغذائي المتوازن يُفضَّل أن يحتوي على:

أ- البروتينات الحيوانية (المُنتَجات الحيوانية)

- **يتناولها الكثير من الناس لأنهم يفضِّلون مذاقها، والبروتينات التي تحتوي عليها.**

أمثلتهـــا

- اللحوم، المأكولات البحرية، البيض ومنتجات الألبان.

أضرارهـــا

- تحتوي على دهون غير صحِّية.
- يمكن أن يسبب الإكثار منها زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والسمنة المفرطة.
- يمكن أن يكون لها آثار على المدى الطويل.

٢ـ البروتينات النباتية

الفواكه والخضراوات:

- مصدر ممتاز للألياف والمعادن والفيتامينات.
- تساعد على عملية الهضم.
- تقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب.

الخضراوات الورقية الخضراء:

- تساعد في السيطرة على ضغط الدم.
- تنظم عمل الجهاز الهضمي.
- تقي من هشاشة العظام وفقر الدم.
- تساعد على الاسترخاء.

البدائل النباتية

- تحتوي على نسبة أقل من البروتين الحيواني، ولكنها توفِّر عناصر غذائية إضافية لا توجد في المُنتَجات الحيوانية مثل:

البقول:

- أفضل مصدر للبروتين النباتي.
- توفِّر دهونًا صحّية ومواد تُسمَّى مضادات الأكسدة التي تساعد على تقليل الالتهابات.

الحبوب:

- تحتوي على نسبة عالية من البروتين والألياف.
- تحتوي على فيتامينات ومعادن ومضادات أكسدة.

المكسرات:

- مصدر جيد للبروتين.
- تشمل الفيتامينات والأملاح المعدنية والدهون الصحّية والألياف ومضادات الأكسدة.

الخضراوات:

- تحتوي على نسبة منخفضة من البروتين لكنها توفِّر الفيتامينات والمعادن والألياف.

الأشخاص النباتيون

- هم أشخاص يختارون بدائل نباتية عوضًا عن البروتينات الحيوانية، وينقسمون إلى:

النباتيون المتوازنون : هم الأشخاص الذين لا يأكلون اللحوم ولكنهم يأكلون البيض ومنتجات الألبان والعسل.

النباتيـــون الصِّـرْف : هم الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني.

لنستكشف

- **يُقنع عمر صديقه بتناول البروتينات النباتية بدلًا من البروتينات الحيوانية، سبب ذلك أنها:**

- تسبب السمنة المفرطة.
- تسبب الضرر على المدى الطويل.
- تساعد على عملية الهضم.
- تسبب الإصابة بأمراض القلب.

لنراجع

١- ما البروتينات النباتية التي تتناولها؟ حدد أيًّا منها تريد استبداله ببروتينات حيوانية.

٢- حدد نوعًا من الأطعمة التي تفضِّلها، ثم اذكر هل يمكن استبداله ببدائل اللحوم؟

٣- هل أنت نباتي أم نباتي صِرْف؟هل تفكِّر في اتِّباع أحد هذين الخيارين؟ ولماذا؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

- **بعد أن عرفت الفرق بين الطعام النباتي المتوازن والطعام النباتي الصِّرْف، قم بإعداد قائمة طعام لكل نوع منها من العناصر الغذائية الآتية:**

الفواكه والخضراوات

كوسة — فراولة

الحبوب الكاملة

خبز — أرز

البروتينات

بيض — جبن

قائمة طعام نباتية متوازنة

....

....

قائمة طعام نباتية صِرْف

....

....

اختبر نفسك على الموضوع الأوَّل

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تُعتبَر الخضراوات الورقية الخضراء نوعًا من البروتين الحيواني. ( )

٢- الوجبة الغذائية الصحِّية لا بد أن تحتوي على البروتين الحيواني والنباتي. ( )

٣- الأشخاص النباتيون المتوازنون يأكلون منتجات الألبان. ( )

٤- مكسرات البندق من البدائل النباتية التي تُعتبَر مصدرًا جيدًا للبروتين. ( )

٥- تحتوي المُنتَجات الحيوانية على دهون غير صحِّية. ( )

٦- تساعد اللحوم على عملية الهضم. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- تُعدُّ .... أفضل مصدر للبروتين النباتي.

(أ) الخضراوات (ب) البقوليات (جـ) اللحوم (د) منتجات الألبان

٢- الإفراط في تناول .... يسبب أمراض القلب.

(أ) الفاكهة (ب) الخضراوات (جـ) البقوليات (د) المُنتَجات الحيوانية

٣- الوجبة النباتية الصِّرْف تحتوي على ....

(أ) اللحوم (ب) الأرز (جـ) الدجاج (د) البيض

٤- الشخصية .... هي التي تختار بدائل نباتية عوضًا عن البروتينات الحيوانية.

(أ) العاطفية (ب) العصبية (جـ) النباتية (د) الجذابة

٥- تُعتبَر .... من البدائل النباتية.

(أ) اللحوم المشوية (ب) الحبوب الكاملة (جـ) الأسماك المقلية (د) الأجبان البيضاء

٦- تناول الخضراوات الورقية الخضراء يساعد على الشعور بـ ....

(أ) الاسترخاء (ب) الحزن (جـ) الغضب (د) التوتر

③ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

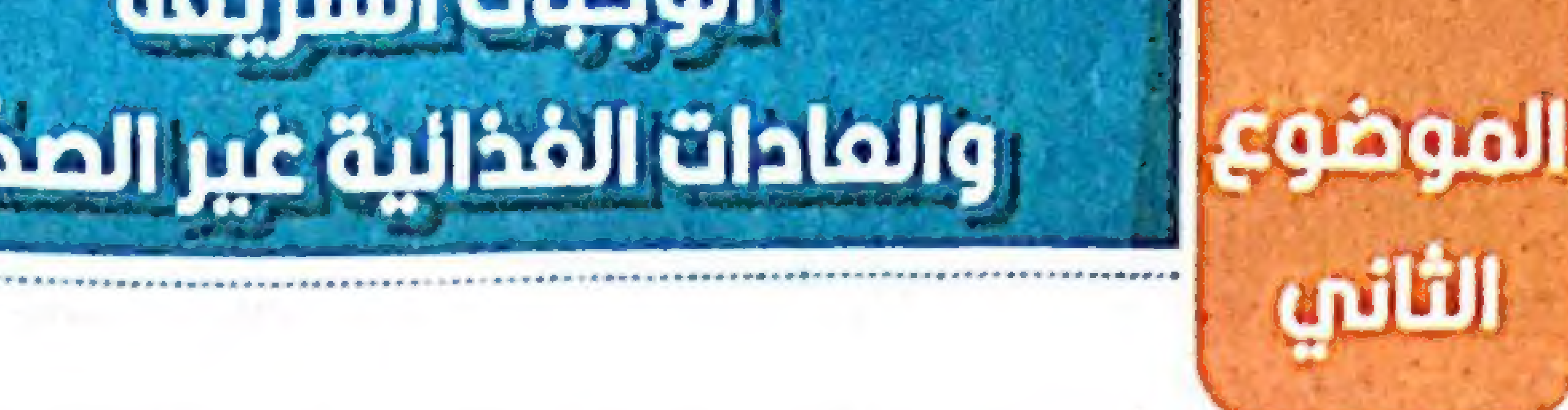
(البقوليات - النباتيون المتوازنون - الشاي - اللحوم - النباتيون الصِّرْف)

١- تحتوي .... على دهون غير صحِّية.

٢- الأشخاص الذين لا يأكلون اللحوم ولكنهم يأكلون البيض يُطلَق عليهم ....

٣- تُعتبَر .... من البدائل النباتية المفيدة للجسم.

٤- الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من مصدر حيواني هم ....



الوجبات السريعة والعادات الغذائية غير الصحّية

الموضوع الثاني

أهداف الموضوع

ضع علامة (✓) في المربع المناسب لمدى تحقيقك للهدف

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرا على أن:	جيد جدًا	جيد	بحاجة إلى مجهود أكبر
- يحدد الوجبات السريعة المعتادة.	☐	☐	☐
- يصف بعض التأثيرات السلبية للوجبات السريعة.	☐	☐	☐
- يناقش كيف تؤثر عمليات التسويق في خيارات الناس للوجبات السريعة.	☐	☐	☐

لنتفاعل معًا

- **ما الأطعمة السريعة المفضَّلة لديك؟ وما شعورك بعد تناولها؟**

• ارتفاع تكلفة الوجبات السريعة:

- **الوجبات السريعة:** هي وجبـات يتم تحضيرها بسرعة وطعمها رائع مثل: البطاطس المقلية والبيتزا.
- نشاهد إعلاناتها على شاشات التلفزيون وعَبْر شبكـة الإنترنت وفي المجلَّات حيث يبدو الطعام رائعًا وشهيًّا.
- يظهر الأشخاص في هذه الإعلانات مبتهجين، فتظهر الإعلانات ممتعة.

• أضرار الوجبات السريعة:

- تحتوي على نسبة عالية من السكَّريات والدهون والملح، ممَّا يجعل الطعام شهيًّا ولذيذًا.
- تحتوي على الكثير من السعرات الحرارية (الطاقة العالية).
- تسبب ضررًا ناتجًا عن الطاقة العالية والسكَّر والملح والدهون ويزداد الضرر على صحَّة الإنسان مع مرور الوقت.

السعرات الحرارية

هي مقياس (كمِّيَّة) الطاقة الذي يمدنا بها الغذاء.

• كيفية اختيار الوجبات الصحّية؟

- يجب اختيار الوجبات التي تحتوي على نسبة منخفضة من الطاقة والدهون والسكَّر والملح.
- التفكير في الأطعمة الصحِّية التي يمكن أن تتناولها بدلًا من الوجبات السريعة.

• ما الطعام المفيد لصحتك من القوائم الآتية؟

- مع ملاحظة أن «وجبة واحدة» من الوجبات السريعة تحتوي على إجمالي الاحتياجات اليومية من الطاقة ولن تجعلك هذه الوجبة تشعر بالشبع طوال اليوم.

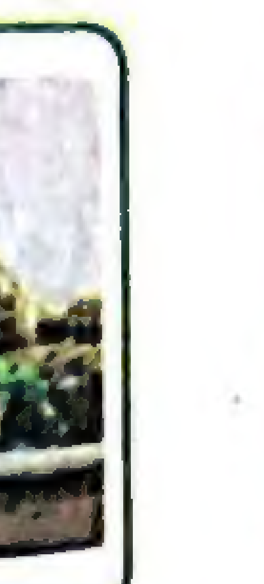
قائمة طعام ليوم كامل

سندويتش برجر

الإفطار

بيضتان – خبز – فاكهة

بطاطس



الغداء

محشي – فول مدمس – كشري

مشروب غازي كبير

العشاء

أرز – ملوخية

- الطعام المفيد الذي اخترته هو ....

• ابحث على شبكة الإنترنت عن مقالات صحفية ومعلومات عن التأثيرات السلبية للوجبات السريعة.

لنراجع

١- ما سبب تفضيل الناس لتناول الوجبات السريعة؟

٢- ما أضرار تناول الوجبات السريعة بشكل دائم؟

٣- ما الدور الذي يقوم به التسويق في إقناع الناس بتناول الوجبات السريعة؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

• تناوُل الوجبات السريعة بشكل مستمر ليست العادة الغذائية غير الصحِّية الوحيدة، أيُّ هذه العادات غير الصحِّية قد قمت بها سابقًا؟ وكم مرة قمت بها؟

تناوُل وجبات غذائية تحتوي على كمِّيَّة كبيرة من الدهون والمواد الحافظة

- اتِّباع نظام غذائي يحتوي على كمِّيَّة كبيرة من الدهون والمواد الحافظة، يمكن أن يضر بصحتنا ويسبب السمنة.
- يحدث ضرر لأجسامنا عند تناول كميات كثيرة من نوع واحد من الطعام وكميات أقل بكثير من أنواع أخرى.

أفعل ذلك:

☐ كثيرًا ☐ غالبًا
☐ أحيانًا ☐ تقريبًا
☐ أبدًا

تناوُل الأطعمة المقلية

- يرتبط تناوُل الأطعمة المقلية بأمراض القلب والسكتة الدماغية.
- الأطعمة المقلية تحتوي على طاقة أكثر من الأطعمة غير المقلية، مما يسبب السمنة.

أفعل ذلك:

☐ كثيرًا ☐ غالبًا
☐ أحيانًا ☐ تقريبًا
☐ أبدًا

شُرب الشاي بعد الأكل مباشرة

- يؤدي شُرب الشاي بعد الأكل مباشرة إلى قِلَّة امتصاص الحديد بالجسم ممَّا يسبب الإصابة بفقر الدم (الأنيميا).

أفعل ذلك:

☐ كثيرًا ☐ غالبًا
☐ أحيانًا ☐ تقريبًا
☐ أبدًا

شُرب المشروبات الفازية

- تحتوي على نسبة عالية من السكَّريات، فشُرب هذه المشروبات بانتظام قد يؤدي إلى السمنة، وقد يتسبب في أمراض القلب وفقدان الكالسيوم ممَّا يؤدي إلى هشاشة العظام. ويزيد من فرص الإصابة بداء السكَّري. ويُسبِّب شُرب كميات كبيرة منها تسوس الأسنان.

أفعل ذلك:

☐ كثيرًا ☐ غالبًا ☐ أحيانًا
☐ تقريبًا ☐ أبدًا

اختبر نفسك على الموضوع الثاني

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

① ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- الوجبات السريعة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون. ( )

٢- شُرب الشاي بعد الأكل مباشرة يسبب الإصابة بالأنيميا. ( )

٣- يوجد العديد من البدائل الصحّية التي يمكن تناولها بدلًا من الوجبات السريعة. ( )

٤- يُفضَّل تناول الأطعمة المقلية لأنها صحّية. ( )

٥- تحتوي الوجبات السريعة على سعرات حرارية منخفضة. ( )

٦- تناوُل كميات كبيرة من نوع واحد من الطعام صحّي لأجسامنا. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

١- تُعتبَر .... مقياس الطاقة الذي يمدنا بها الغذاء.

(أ) الطاقة الحرارية (ب) النسبة المئوية (جـ) السعرات الحرارية (د) درجة الحرارة

٢- يظهر الأشخاص في إعلانات الوجبات السريعة وهم ....

(أ) سعداء (ب) نائمين (جـ) غاضبين (د) متشائمين

٣- تحتوي الوجبات .... على الكثير من السعرات الحرارية.

(أ) الصحّية (ب) المشوية (جـ) المسلوقة (د) السريعة

٤- لا بد من اختيار الوجبات التي تحتوي على نسبة .... من الدهون والسكّر والملح.

(أ) منخفضة (ب) عالية (جـ) ضخمة (د) متوسطة

٥- تناوُل وجبات تحتوي على نسبة عالية من .... يضر بصحة الإنسان.

(أ) الألياف (ب) الفيتامينات (جـ) الكالسيوم (د) الدهون

٦- يُعتبَر .... من العادات غير الصحّية التي يتَّبعها الناس.

(أ) تناوُل الفاكهة (ب) شُرب المياه الغازية (جـ) شوي الطعام (د) ممارسة الرياضة

③ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(المحشي - الوجبات السريعة - الفيتامينات - الشاي - البيتزا)

١- لا يُفضَّل شُرب .... بعد الأكل مباشرة.

٢- تُعدُّ .... من الوجبات السريعة.

٣- تحتوي .... على نسبة مرتفعة من الطاقة والدهون والسكّر.

٤- يُعتبَر .... من الوجبات الصحّية للإنسان.

تدريبات سلاح التلميذ
على الموضوعين الأول والثاني

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

(١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تحتوي الوجبات السريعة على نسبة عالية من الدهون. ( )
٢- الإفراط في تناوُل الفاكهة يسبب أمراض القلب. ( )
٣- الإعلانات عن الوجبات السريعة لا تجذب انتباه المجتمع لشرائها. ( )
٤- توفِّر الخضراوات الفيتامينات والمعادن والألياف. ( )
٥- المكسرات والخضراوات تُعتبَر من البدائل النباتية. ( )
٦- الوجبة المغذيَّة لا بد أن تحتوي على بروتين حيواني أكثر من البروتين النباتي. ( )

(٢) اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يُعتبَر .... من البروتينات الحيوانية.
(أ) البيض (ب) البسلة (جـ) الفراولة (د) الخس

٢- الوجبات .... تحتوي على نسبة عالية من الملح وسريعة التحضير.
(أ) الصحِّية (ب) السريعة (جـ) المفيدة (د) الجيدة

٣- البدائل النباتية تحتوي على نسبة بروتين .... من البروتين الحيواني.
(أ) أعلى (ب) متساوية (جـ) أقل (د) ضخمة

٤- الوجبات السريعة تحتوي على نسبة كبيرة من ....
(أ) الطعام الصحِّي (ب) الفيتامينات (جـ) المعادن (د) السعرات الحرارية

٥- المُنتَجات .... تحتوي على دهون غير صحِّية.
(أ) النباتية (ب) الصناعية (جـ) الورقية (د) الحيوانية

٦- كل ممَّا يلي يُعتبَر من الوجبات السريعة ما عدا ....
(أ) الفاكهة (ب) الدجاج المقلي (جـ) البطاطس المقلية (د) البرجر المقلي

(٣) أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(النباتية - المياه - النباتيون الصِّرْف - السريعة - البيتزا)

١- الأشخاص .... هم الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني.
٢- يُفضَّل تناوُل الوجبات الصحِّية عن الوجبات ....
٣- الباذنجان من مصادر البروتينات ....
٤- تُعتبَر .... من الوجبات سريعة التحضير وغير صحِّية.

الموضوع الثالث

المقصف المدرسي

ضع علامة (✓) في المربع المناسب لمدى تحقيقك للهدف

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:	جيد جدًا	جيد	بحاجة إلى مجهود أكبر
- يصف كيف يتم عرض السلع أو البضائع داخل مقصف المدرسة.	☐	☐	☐
- يصف كيف يتم تخزين السلع والبضائع في مقصف المدرسة بشكل آمن وسليم.	☐	☐	☐
- يعطي توصيات لتطبيق احتياجات السلامة عند تخزين الطعام في مقصف المدرسة.	☐	☐	☐

- اشرح طرق التخزين الفعالة للسلع أو البضائع في مقصف المدرسة.

للتعلم

- الطعام الجيد شكلًا ومذاقًا.

وجبات غذائية مدرسية سليمة ورائعة

- يحتاج التلاميذ إلى الغذاء الصحِّي الذي يعزز (يساعد على) التفكير الجيد والتحرك بنشاط طوال اليوم.
- طاقم المقصف المدرسي يعمل بجد للتأكد من جودة الوجبات المقدمة داخل المقصف.
- يحتاج عرض الطعام بشكل سليم وجذاب إلى بعض التفكير الإبداعي.

طريقة عرض السلع داخل المقصف المدرسي

- وضع المعروضات (السلع) في الواجهة وتجهيزها بشكل منظم جدًّا.
- وضع صور الطعام الصحِّي على جدران المقصف.
- وضع كافة المعلومات المتعلقة بالوجبات بشكل واضح للفت انتباه التلاميذ.
- وضع صورة الشهادة الصحِّية لضمان صحَّة وسلامة الطعام والعاملين في المقصف.

- عرض الطعام يوفِّر الرغبة في تناوله مثل الطماطم الطازجة أو البقدونس.
- ترتيب الرفوف بطريقة تجذب الانتباه.
- تقديم الطعام في أطباق ملونة تُغلَّف بطريقة تلفت النظر.

طرق تخزين السلع داخل المقصف المدرسي بشكل آمن

- **يحتاج كل نوع من أنواع الطعام إلى طريقة خاصة به في المعاملة والعرض سواء كان ساخنًا أو باردًا، مغلفًا أو غير مغلفٍ، مطبوخًا أو يقدم نيئًا ويتم ذلك عن طريق ما يلي:**
- تخصيص أوعية للأطعمة الساخنة وأخرى للأطعمة الباردة.
- وضع الطعام في خزائن ذات واجهة زجاجية لحماية الطعام من التعرُّض للهواء والحشرات وأيدي الأشخاص.
- استخدام ورق تغليف أو الأكياس أو العبوات لحماية أصناف الطعام.
- حفظ الأطعمة غير المُعبَّأة داخل أوعية حفظ مخصصة.
- فصل الأطعمة النيئة عن الأطعمة المطهية.
- حماية السلع من الملوِّثات والجراثيم.
- الاحتفاظ بالطعام في درجة حرارة مناسبة.

لنستكشف

- **ضع علامة (✔) أمام الطُّرق السليمة لعرض وتخزين البضائع داخل مقصف المدرسة:**

١- تقديم الطعام دون تغليف. ( )

٢- وضع البضائع على أرفف نظيفة وبطريقة منظمة. ( )

٣- تخزين الطعام في أكياس مخصصة للتخزين. ( )

٤- وضع البضائع تحت أشعة الشمس الحارَّة. ( )

للتراجع

١- حدد بعض الأطعمة التي يحب التلاميذ تناولها في مقصف المدرسة. كيف تؤثر طريقة عرض هذه الأطعمة في خيارات التلاميذ؟

٢- ما أهمية تخزين الطعام في مقصف المدرسة بشكل سليم؟

٣- هل يتعارض تخزين الطعام بشكل مناسب مع عرضه بشكل لافت للنظر؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

- الآن بعد أن تعرَّفت على طريقة عرض الطعام والبضائع بشكل لافت للانتباه في مقصف المدرسة، قم باختيار التخطيط المناسب لعرض قوائم البضائع (السلع) الآتية بشكل منظم وتخزين جيد:

قائمة (١)

ساندويتش جبن مع ورق الخس والطماطم والخيار

قائمة (٢)

أدوات مدرسية

قائمة (٣)

بسكويت — شوكولاتة — عصير طبيعي — مياه معدنية

- يمكنك الاستعانة بالكلمات الآتية لتخطيط قوائم البضائع والطعام في المقصف:

(تغليف – المياه – الثلاجة)

١- يجب وضع البضائع الموجودة بالقائمة (٣) في .... لتخزينها بشكل جيد.

٢- يجب .... الطعام الموجود في القائمة (١) حتى لا يتعرَّض للتلوث.

٣- يجب وضع البضائع الموجودة في القائمة (٢) بعيدًا عن .... حتى لا تتلف.

اختبر نفسك على الموضوع الثالث

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

① ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يمكن حفظ الأطعمة النيئة مع الأطعمة المطهية في نفس الوعاء. (   )

٢- عرض الطعام بشكل جذَّاب يحتاج إلى بعض التفكير الإبداعي. (   )

٣- يتم تخزين جميع الأنواع من السلع بنفس الشكل والطريقة. (   )

٤- وجود الشهادة الصحِّية للمقصف غير ضرورية. (   )

٥- ترتيب الرفوف بشكل جذَّاب من طُرق عرض السلع الناجحة. (   )

٦- درجة الحرارة من الأشياء التي تؤثر في سلامة الطعام. (   )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- وضع الطعام في خزائن ذات واجهة .... يحمي الطعام من الحشرات.

(أ) خشبية　(ب) زجاجية　(جـ) مكشوفة　(د) حديدية

٢- لا بد من استخدام .... لحماية الطعام.

(أ) ورق الطابعة　(ب) ورق المجلات　(جـ) أكياس القمامة　(د) أكياس التغليف

٣- تقديم الطعام في أطباق ملوَّنة يعمل على .... الانتباه.

(أ) جذب　(ب) تشتيت　(جـ) توزيع　(د) تفريق

٤- عند عرض الطعام في المقصف يجب وضع صور الطعام .... على جدران المقصف.

(أ) الفاسد　(ب) غير الصحِّي　(جـ) الصحِّي　(د) الضار

٥- يجب الاحتفاظ بالطعام في درجة حرارة .... عند تخزينه في مقصف المدرسة.

(أ) عالية　(ب) منخفضة　(جـ) الغليان　(د) مناسبة

٦- وضع صورة الشهادة .... يضمن صحَّة وسلامة الطعام والعاملين في المقصف.

(أ) الجامعية　(ب) البنكية　(جـ) الصحِّية　(د) العلمية

③ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(غير المُعبَّأة - عبوات - الحشرات - الإبداعي - الشهادة الصحِّية)

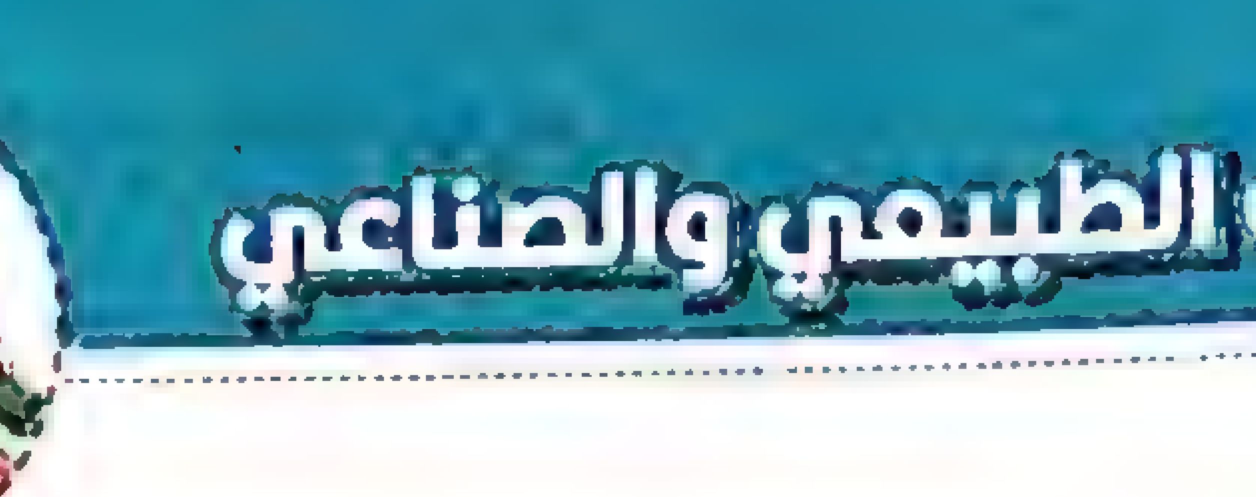
١- التفكير .... يساعد على عرض الطعام بشكل جذَّاب وسليم.

٢- لا بد من حفظ الأطعمة .... داخل أوعية خاصة.

٣- عند تخزين الطعام يجب تخصيص .... للأطعمة الساخنة وأخرى للأطعمة الباردة.

٤- خزائن الطعام ذات الواجهة الزجاجية تحمي الطعام من التعرُّض لـ ....

الموضوع الرابع



الشراب الطبيعي والصناعي

أهداف الموضوع

ضع علامة (✓) في المربع المناسب لمدى تحقيقك للهدف

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:	جيد جدًا	جيد	بحاجة إلى مجهود أكبر
- يعطي أمثلة عن الشـراب الطبيعي الذي يُستخدم في المشروبات.	☐	☐	☐
- يوضِّح الفرق بين الشراب الطبيعي والشراب الصناعي.	☐	☐	☐
- يقارن بين القيمة الغذائية للشراب الطبيعي والشراب الصناعي.	☐	☐	☐

لنتفاعل معًا

- ما أشهر المشروبات التي بنكهة الفاكهة والزهور في مصر؟ ومن أين تحصل عليها؟

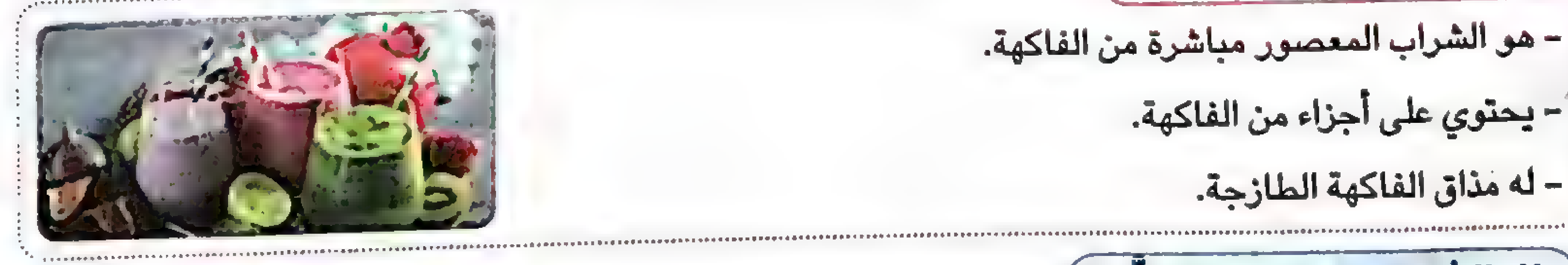
لنتعلم

- مشروبات الفاكهة (كالبرتقال) المختلفة.

- يمكن أن تكون العصائر طبيعية أو صناعية؛ فالعصائر الطبيعية مصنوعة من عصير الفاكهة المركَّز أو خلاصة الزهور والسكَّر، أمَّا العصائر الصناعية فهي مصنوعة من مادَّة ملوَّنة صحِّية ولا تحتوي على فاكهة أو زهور طبيعية.
- يضيف الناس الماء إلى العصائر لصنع الشراب في المنزل.

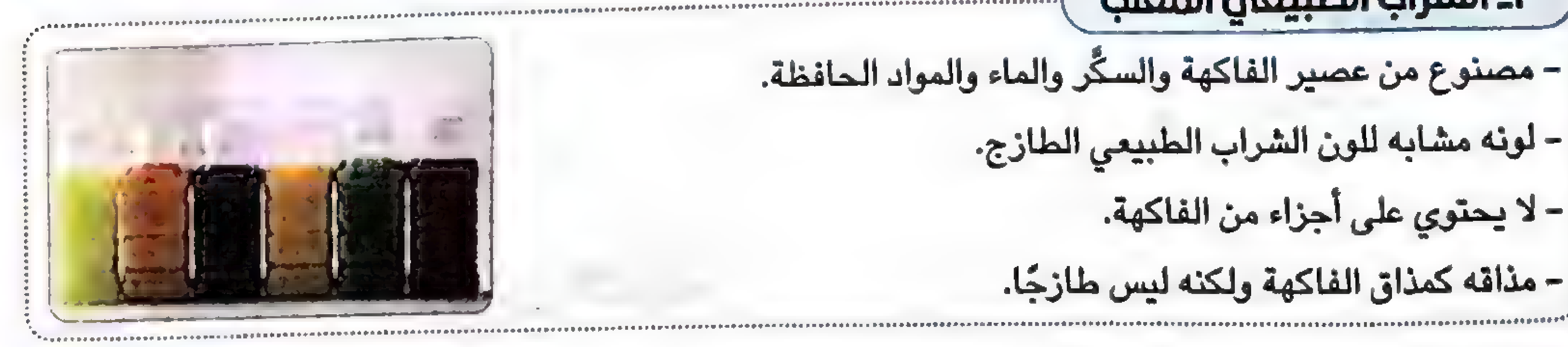
أنواع الشراب

١ـ الشراب الطبيعي الطازج



- هو الشراب المعصور مباشرة من الفاكهة.
- يحتوي على أجزاء من الفاكهة.
- له مذاق الفاكهة الطازجة.

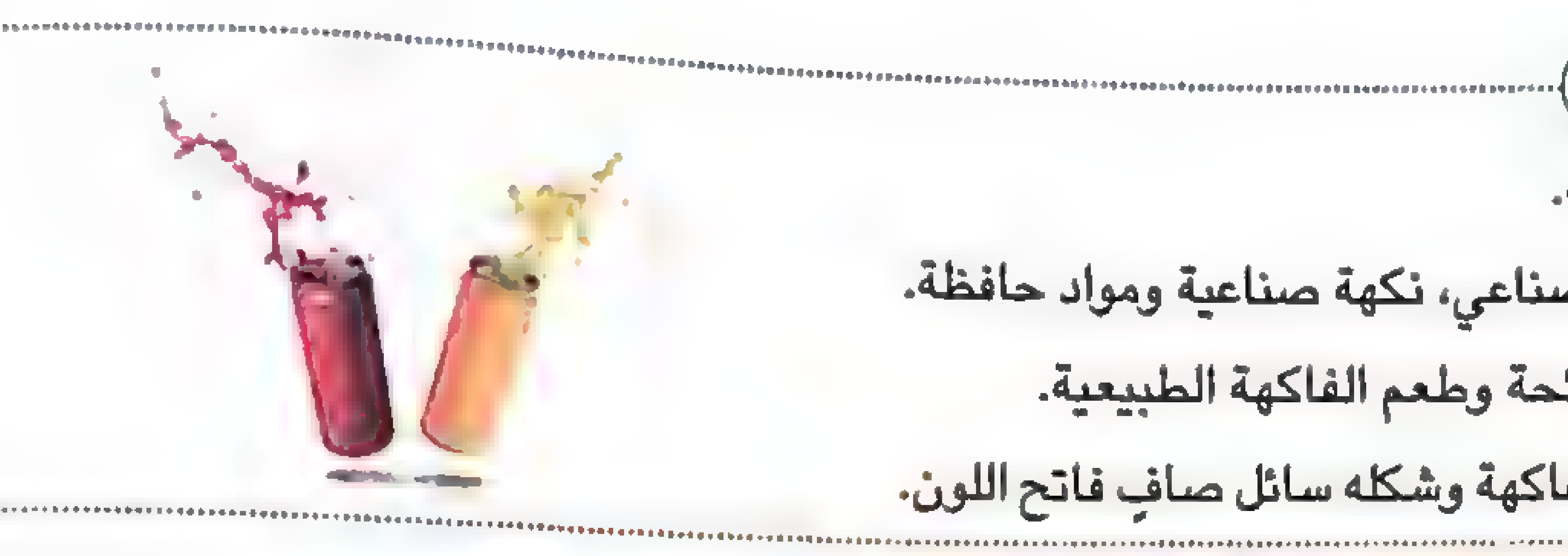
٢ـ الشراب الطبيعي المعلَّب



- مصنوع من عصير الفاكهة والسكَّر والماء والمواد الحافظة.
- لونه مشابه للون الشراب الطبيعي الطازج.
- لا يحتوي على أجزاء من الفاكهة.
- مذاقه كمذاق الفاكهة ولكنه ليس طازجًا.

٣ـ الشراب الصناعي

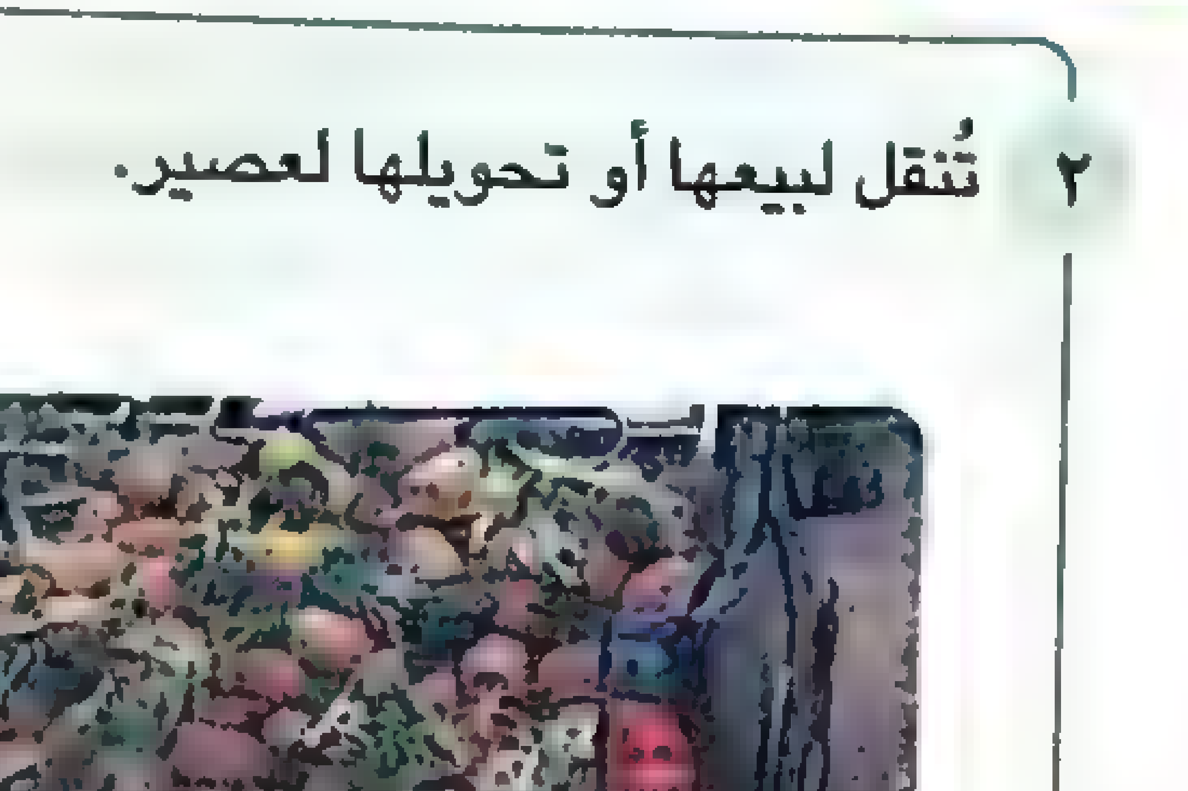
- لا يحتوي على عصير الفاكهة.
- يحتوي على ماء، سكّر، لون صناعي، نكهة صناعية ومواد حافظة.
- رائحته وطعمه لا يشبهان رائحة وطعم الفاكهة الطبيعية.
- مذاقه سكّري جدًّا وله نكهة الفاكهة وشكله سائل صافٍ فاتح اللون.



الشراب الصناعي من المعمل إلى الزجاجة

١ تُزرع الفاكهة أو الزهور في المزارع.

٢ تُنقل لبيعها أو تحويلها لعصير.



٣ تُباع بعض الفاكهة والزهور في الأسواق.

٤ تقوم المصانع بمعالجة العصير النَّقي والشراب الطبيعي أو العناصر المركزة والشراب الصناعي

٥
- تُصنع النكهات الصناعية في المعمل باستخدام مواد كيميائية موجودة بشكل طبيعي في الفاكهة والزهور.
- تُعتبَر النكهة الصناعية أرخص ثمنًا من العصير الطبيعي.

٦ تتم معالجة العصائر والمشروبات المركَّزة بحيث يمكن تخزينها لفترة طويلة.

الشراب الطبيعي من المزرعة إلى الزجاجة

• يمكن صنع الشراب الطبيعي بمزج الفاكهة مع السكّر والماء أو بنقع الزهور في الماء مع السكّر.

١ تُزرع الفاكهة أو الزهور في المزارع.

٢ تُنقل لبيعها أو تحويلها لعصير.

٣ تُباع بعض الفاكهة والزهور في الأسواق.

٤ تُعصر بعض الفاكهة مباشرة وتُحوَّل إلى عصير.

لنستكشف

• اختر نوع العصير الذي تفضّله، ثم اذكر سبب اختيارك له:

سبب اختيار العصير هو: ....

لنراجع

١- ما الطُّرق التي يمكن من خلالها صُنع المشروبات من الفاكهة والزهور؟

٢- أيهما تفضّل تناوُل الفراولة أم شُرب عصير الفراولة؟ ولماذا؟

٣- ما نوع المشروبات التي تحب شُربها، العصير الطازج، أم العصير الطبيعي المعلّب، أم الشراب الصناعي؟ ولماذا؟

نتعلّم من خلال التطبيق

- بعد معرفة الفرق بين الشراب الطبيعي والصناعي، سنتعرّف على الطريقة التي يمكن بها التفرقة بين أنواع المشروبات والمقارنة بينها.
- أحضر نوعين من الشراب أحدهما طبيعي والآخر صناعي، ثم قم بسكب كل منهما في كوب. قم بتذوّقهما ثم اطلب من أحد أفراد أسرتك مساعدتك على تدوين الملاحظات عن كل مشروب.
- عليك أن تتذكر بعض الملاحظات الخاصة بمشروبك:

- شكله ولونه.
- قوامه (سميك أم خفيف).
- يوجد به قِطَع من الفاكهة أم سائل صافٍ.
- مذاقه (سكّري أم بدون سكّر).
- المكونات الأخرى التي تمت إضافتها.

الشراب (١)

- النكهة : .... - مذاق الشراب : ....
- اللـون : .... - شكل الشراب : ....

أعتقد أن هذا الشراب

١- ☐ شراب طبيعي. ☐ شراب صناعي
٢- ☐ طازج أو محضّر في المنزل. ☐ صناعي ومعبأً في زجاجات/ معلّب
٣- ☐ مغذٍّ جدًا. ☐ مغذٍّ إلى حدٍّ ما. ☐ ليس مغذّيًا على الإطلاق

الشراب (٢)

- النكهة : .... - مذاق الشراب : ....
- اللـون : .... - شكل الشراب : ....

أعتقد أن هذا الشراب

١- ☐ شراب طبيعي. ☐ شراب صناعي
٢- ☐ طازج أو محضّر في المنزل. ☐ صناعي ومعبأً في زجاجات/ معلّب
٣- ☐ مغذٍّ جدًا. ☐ مغذٍّ إلى حدٍّ ما. ☐ ليس مغذّيًا على الإطلاق

اختبر نفسك على الموضوع الرابع

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

(١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- العصائر الطبيعية مصنوعة من عصير الفاكهة المركَّز والسكَّر. ( )

٢- يتم إضافة المواد الحافظة إلى العصير الطبيعي الطازج. ( )

٣- نجد في الشراب الطبيعي المعلَّب قطعًا من الفاكهة. ( )

٤- الشراب الصناعي يحتوي على ألوان ونكهات صناعية. ( )

٥- النكهات الصناعية أغلى ثمنًا من العصير الطبيعي. ( )

٦- العصائر الصناعية مصنوعة من مواد ملوّنة غير صحّية. ( )

(٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

١- الشراب المعصور مباشرة من الفاكهة هو الشراب ....

(أ) الطبيعي المعلَّب (ب) الطبيعي الطازج (جـ) الصناعي (د) الفاسد

٢- تقوم .... بمعالجة العصير الطبيعي والشراب الطبيعي.

(أ) المصانع (ب) النوادي (جـ) المستشفيات (د) المدارس

٣- الشراب .... مذاقه كمذاق الفاكهة المصنوع منها ولكنه ليس طازجًا.

(أ) الصناعي الفاتح (ب) الطبيعي المعلَّب (جـ) الطبيعي الطازج (د) الصناعي المخزَّن

٤- المشروبات .... تُعصر مباشرة من الفاكهة وتحتوي على أجزاء منها.

(أ) الغازية (ب) الصناعية المُعلَّبة (جـ) الطبيعية المُعلَّبة (د) الطبيعية الطازجة

٥- تُعدُّ النكهة الصناعية أرخص ثمنًا من العصير ....

(أ) الصناعي (ب) الطبيعي (جـ) الفاسد (د) غير الصحّي

٦- الشراب .... فاتح اللون ومذاقه سكَّري جدًّا.

(أ) الطبيعي المُعلَّب (ب) الطازج (جـ) الصناعي المُعلَّب (د) الفاسد

(٣) صوِّب ما تحته خط:

١- يُصنع الشراب الطبيعي من الألوان الصناعية. (..................................)

٢- يمكن إضافة الشاي إلى العصائر لصنعه في المنزل. (..................................)

٣- الشراب الطبيعي المعلَّب يحتوي على أجزاء من الفاكهة. (..................................)

٤- يحتوي الشراب الصناعي على ماء وسكَّر ونكهات طبيعية. (..................................)

تدريبات سلاح التلميذ
على الموضوعين الثالث والرابع

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يجب وضع السلع في الواجهة الزجاجية وتنظيمها بشكل منظم جدًا. ( )
٢- العصير الطبيعي يحتوي على ماء وسكّر ولون صناعي. ( )
٣- عند تخزين السلع لا بد من وضعها في مكان درجة حرارته مناسبة. ( )
٤- يتميَّز كل نوع من أنواع الطعام أن له طريقة في العرض والتخزين. ( )
٥- يمكن صنع الشراب الطبيعي عن طريق نقع الزهور في الماء مع السكّر. ( )
٦- تُعدُّ النكهة الصناعية أرخص ثمنًا من العصير الطبيعي. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

١- يساعد التفكير .... على عرض السلع بطريقة جذابة.

(أ) الفلسفي (ب) العاطفي (جـ) الإبداعي (د) العلمي

٢- الشراب .... مصنوع من عصير الفاكهة ولا يحتوي على أجزاء منها.

(أ) الطبيعي الطازج (ب) الصناعي (جـ) السيئ (د) الطبيعي المُعلَّب

٣- الأطعمة غير المُعبأة يتم .... داخل أوعية حفظ مخصَّصة.

(أ) رميها (ب) تخزينها (جـ) تسخينها (د) تبريدها

٤- يتكوَّن الشراب الصناعي من ماء وسكّر ومواد ....

(أ) حافظة (ب) طبيعية (جـ) صلبة (د) لاصقة

٥- يجب .... الطعام بشكل آمن للحفاظ عليه من الملوثات والجراثيم.

(أ) رمي (ب) تخزين (جـ) تبريد (د) هرس

٦- أولى مراحل تصنيع العصير الطبيعي هي .... الفاكهة.

(أ) حصاد (ب) عصر (جـ) جمع (د) زراعة

③ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(الصناعي - الماء - درجة حرارة - زجاجية - الطبيعي المعلَّب)

١- الشراب .... مذاقه مثل مذاق الفاكهة.
٢- يجب تخزين السلع في أماكن ذات .... مناسبة.
٣- عند صُنع الشراب في المنزل يمكن إضافة .... للعصائر.
٤- عند عرض الطعام في المقصف يجب استخدام خزائن ذات واجهة ....

الموضوع الخامس

جولة داخل مصنع شراب الفاكهة

أهداف الموضوع

ضع علامة (✔) في المربع المناسب لمدى تحقيقك للهدف

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:	جيد جدًا	جيد	بحاجة إلى مجهود أكبر
- يحدد المخاطر والعوائق عند تحضير الشراب.	☐	☐	☐
- يقترح الحلول للتغلُّب على العيوب التي تحدث أثناء عملية التصنيع.	☐	☐	☐
- يُحضِّر الشراب من الفاكهة أو الزهور مع مراعاة تطبيق احتياطات الصحَّة والسلامة.	☐	☐	☐

لنتفاعل معًا

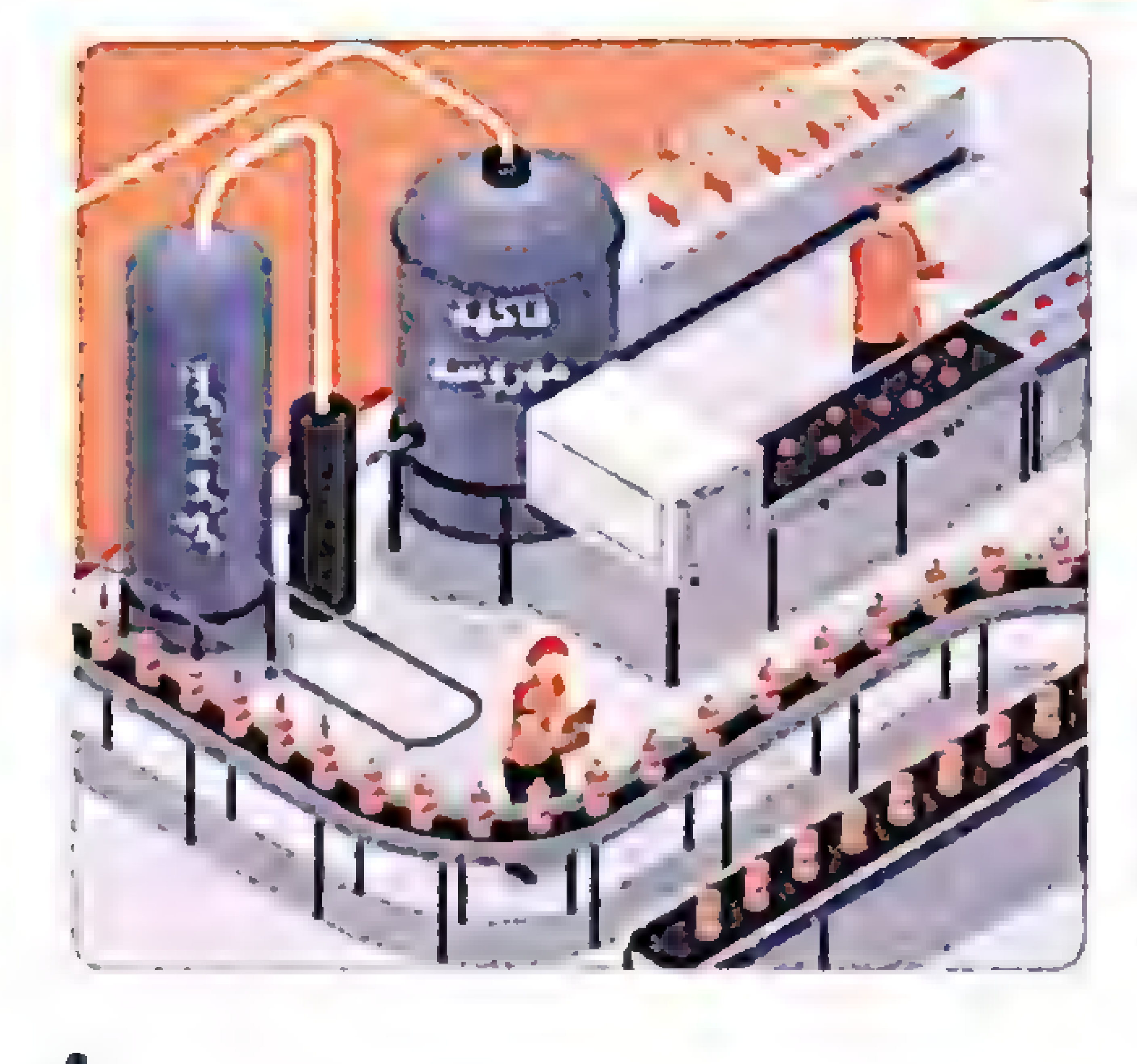
- ما المُنتَجات التي يمكن تصنيعها من الفاكهة؟

لنتعلم

- جولة داخل المصنع.

تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المُعلَّب والصناعي

خطوات تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المُعلَّب



- أولًا تُغسل الفاكهة جيدًا.
- تُرسل الفاكهة عَبْر سيور متحركة من خلال الآلات التي تهرس هذه الفاكهة.
- تقوم آلة مخصصة بعصر الفاكهة وتصفيتها لإزالة اللُّب والقشرة والبذور.
- يختبر العُمَّال جودة العصير.
- يُسخَّن العصير لقتل الميكروبات.
- يذهب العصير النقي إلى مرحلة التعبئة ويُضاف إليه الماء والسكَّر.

خطوات إعداد الشراب الصناعي

- تُخلط الأطعمة المختلفة للفواكه والألوان المجهّزة في المعامل مع السكّر لصُنع الشراب.
- يُخلط الشراب بالماء.
- تقوم إحدى الآلات بتعقيم الزجاجات لقتل الميكروبات.
- تتحرك الزجاجات أسفل السير المتحرك ليتم ملؤها.
- تنتقل الزجاجات المملوءة للمكان الذي توضع فيه أغطيتها بإحكام لتجنُّب التلوث.
- وأخيرًا تُعبَّأ المشروبات في الزجاجات، وتتم هذه العملية نفسها لجميع المشروبات.

• ملاحظات مهمّة يجب اتّباعها عند تصنيع الشراب:

- عند خلط السكَّر لا بد أن يكون السائل ساخنًا حتى لا يفصل فيما بعد.
- إضافة المواد الحافظة للشراب تعمل على إطالة فترة صلاحيته.
- الالتزام بالتدابير الصحّية أمر ضروري فقد تتسبب الميكروبات الموجودة في الزجاجات بتخمُّر المشروبات وفسادها.

• احتياطات السلامة التي يجب على العمّال اتّباعها لصنع الشراب:

- يجب على العُمَّال ارتداء غطاء الشعر والقُفَّازات لحماية المُنتَج من التلوث ولحماية العُمَّال.
- تدريب العُمَّال على كيفية استخدام الآلات بشكل صحيح لتجنُّب الحوادث.
- عدم ترك العصير المنسكب أو أي شيء على الأرض حتَّى لا يتعثَّر به أحد.
- الحرص على تجنُّب الحروق عند استخدام الحرارة العالية.

لنستكشف

• ماذا سيحدث إذا؟

١- تم خلط السكَّر مع الشراب وهو بارد. ....

٢- لم تتم إضافة المواد الحافظة للشراب. ....

٣- تمت تعبئة الشراب في زجاجات مُلوَّثة. ....

لنراجع

١- ما الخطوات التي يقوم بها عُمَّال مصنع المشروبات للتأكد من أن المُنتَج النهائي سليم وعالي الجودة؟

٢- ما الذي سيحدث للشراب إذا تمت تعبئته في زجاجات مُلوَّثة؟

نتعلّم من خلال التطبيق

• بعد التعرُّف على كيفية إعداد الشراب الصناعي داخل المصنع عليك أن تقوم بصنع كمّيّة صغيرة من الشراب.

خطوات تحضير الشراب الصناعي

• قبل أن أبدأ في تحضير الشراب الصناعي، أحتاج إلى:

الألوان المجهزة في المعامل مع السكّر والمواد الحافظة.

• أثناء تحضير الشراب الصناعي، أحتاج إلى:

آلات مختلفة مثل: آلات تعقيم الزجاجات لقتل الميكروبات.

• بعد أن أقوم بتحضير الشراب الصناعي، سوف:

يتم تعبئة زجاجات الشراب وعرضها في الأسواق.

للحفاظ على المنتج سليمًا وغير ملوث، سوف...

• ....

• ....

• ....

للحفاظ على سلامتي أثناء إعداد المنتج، سوف...

• ....

• ....

• ....

اختبر نفسك على الموضوع الخامس

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

① ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- غطاء الرأس والقُفَّازات التي يرتديها العُمَّال ضرورية لحماية المُنتَج. ( )

٢- تعبئة المشروبات في الزجاجات هي المرحلة الأولى في عملية التصنيع. ( )

٣- إضافة المواد الحافظة للشراب المُصنَّع أمر غير ضروري. ( )

٤- إحدى خطوات تحضير الشراب الطبيعي هي غسل الفاكهة. ( )

٥- يتم تعقيم الزجاجات بواسطة آلات خاصة. ( )

٦- عدم ترك العصير المنسكب على الأرض أحد احتياطات السلامة في المصنع. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يجب .... العصير لقتل الميكروبات.

(أ) تجميد (ب) شُرب (جـ) رمي (د) تسخين

٢- عند إضافة .... إلى الشراب لا بد أن يكون العصير ساخنًا.

(أ) السكَّر (ب) الملح (جـ) البهارات (د) القرفة

٣- الميكروبات الموجودة في الزجاجات تتسبب في .... المشروبات وفسادها.

(أ) عصر (ب) غليان (جـ) تخمُّر (د) تبخُّر

٤- عند تحضير العصير الطبيعي يجب أولًا .... الفاكهة.

(أ) غسل (ب) تخزين (جـ) هرس (د) تسخين

٥- نحتاج إلى .... العصير لإزالة اللُّب والقشرة والبذور.

(أ) غسل (ب) تصفية (جـ) غليان (د) تخزين

٦- إضافة .... للشراب تعمل على إطالة فترة صلاحيته.

(أ) الملح والسكَّر (ب) المواد الحافظة (جـ) المواد الصلبة (د) الليمون والنعناع

③ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(ملؤها - الحرارة العالية - المواد الحافظة - التلوُّث - هرس)

١- يجب على العُمَّال ارتداء غطاء الشَّعر والقُفَّازات لحماية المُنتَج من ....

٢- تتحرك الزجاجات أسفل السير المتحرك ليتم .... بالعصير.

٣- عند تحضير العصير الطبيعي تُرسَل الفاكهة من خلال الآلات التي تقوم بـ .... الفاكهة.

٤- يجب على العُمَّال تجنُّب الحروق عند استخدام ....

اللبن

أهداف الموضوع

ضع علامة (✓) في المربع المناسب لمدى تحقيقك للهدف

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:	جيد جدًا	جيد	بحاجة إلى مجهود أكبر
- يشرح أهمية اللبن للتغذية.			
- يصف كيفية معالجة اللبن لجعله سليمًا للاستهلاك.			
- يناقش كيفية التحقُّق ممَّا إذا كان اللبن طازجًا وسليمًا.			

- أيٌّ من منتجات الألبان تفضِّل؟ هل هناك أيُّ منتج لا تحبه؟ ولماذا؟

لنتعلَّم

- أهمِّيَّة اللبن.

- يحتوي اللبن على نسبة عالية من العناصر الغذائية والبروتينات والدهون والكربوهيدرات والفيتامينات والأملاح المعدنية.
- يساعد على النمو ويحمي جهاز المناعة.
- يتم استهلاك اللبن كسوائل أو يدخل في أنواع كثيرة من المشروبات المُصنَّعة ويُصنع منه الزبادي والجبن.
- يضاف إلى اللبن الألوان والنكهات والمُحلِّيات الصناعية كي يحب الأولاد مشروبات اللبن المختلفة.

• مصادر اللبن:

- يأتي اللبن من الأبقار، الجاموس، الماعز، الأغنام، والإبل.
- تُعدُّ مصر من أحد أكبر منتجي لبن الجاموس في العالم.
- اللبن من المُنتَجات التي يسهل غشها.
- يقوم البائعون عديمو الأخلاق بوضع إضافات خطيرة جدًّا في اللبن لزيادة كمِّيَّته أو ليبدو طازجًا.

- **يصبح اللبن مغشوشًا عند إضافة:**

- **الماء:** ليس بالأمر الخطير، ولكن يتم الحصول على القليل من اللبن.
- **الفورمالين:** يحافظ على إبقاء اللبن كأنه طازج، ويُعتبَر مادة حافظة قوية قد تكون ضارة.
- **مادة النشا:** تُضاف لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسًا بعد نزع المادة الدهنية.

- **هل اللبن الذي تتناوله سليم؟**

- **للتأكد من أن اللبن سليم وطازج وصحّي يجب مراعاة بعض الأمور منها:**

- طعم ورائحة اللبن.
- التأكد من تاريخ انتهاء الصلاحية.
- يمكن اختبار اللبن عن طريق غلي عيِّنة على نار هادئة لمدة ١٥ دقيقة حتى يتخثَّر (يتجبَّن). إذا وجدت رواسب متجمدة (متجبِّنة) هذا يعني أن اللبن غير طازج، أما إذا كانت الرواسب دهنية فهذا يعني أن نوعية اللبن جيدة.

للستكشف

- **اختر الطُّرق التي يجب مراعاتها عند اختبار سلامة اللبن:**

- التأكد من طعم ورائحة اللبن. ( )
- وضع ماء على اللبن. ( )
- التأكد من تاريخ انتهاء صلاحية اللبن. ( )
- غليه بعد فترة من الشراء. ( )

للتراجع

١- ما أسباب وجود لبن مغشوش؟

٢- ما أسباب إضافة بعض الإضافات إلى اللبن؟

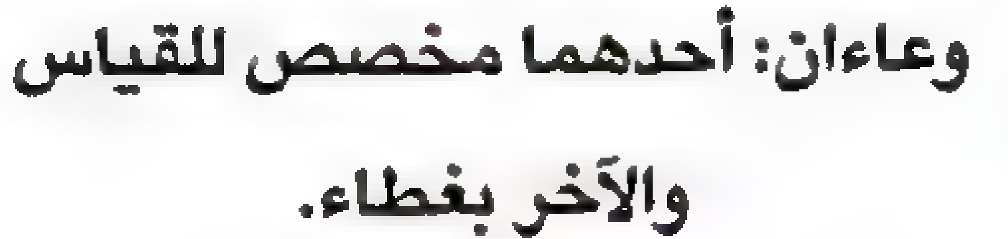
٣- اذكر بعض الطُّرق الجيدة التي يمكن القيام بها للتأكد من أن اللبن سليم وصالح للشُّرب.

نتعلَّم من خلال التطبيق

- سنقوم بإجراء ثلاث تجارب للتحقق من وجود إضافات في اللبن.
- الأدوات المطلوبة:

كمِّيَّة قليلة من اللبن.

سطح أملس مستوٍ مثل مرآة صغيرة.


وعاءان: أحدهما مخصص للقياس والآخر بغطاء.

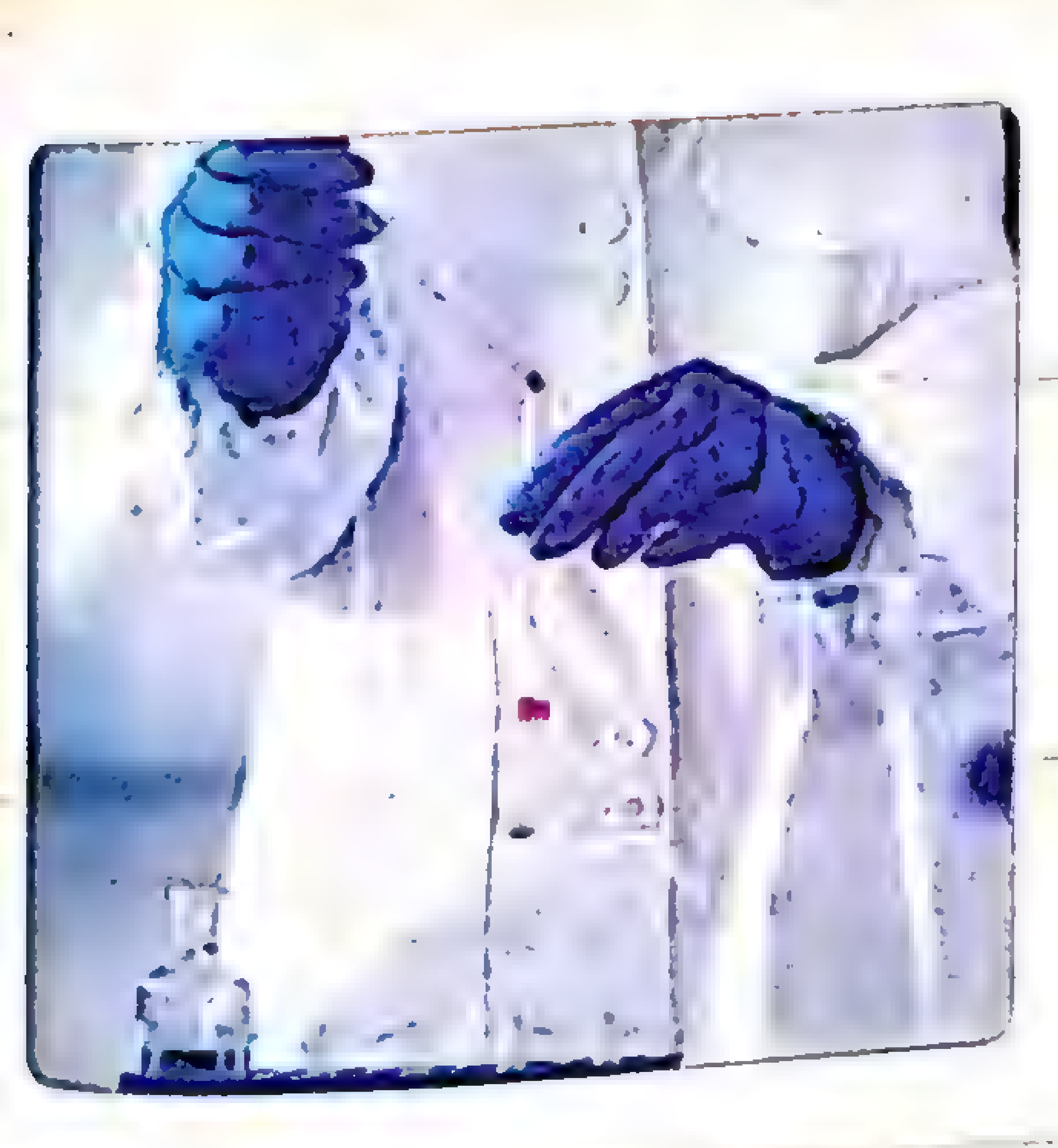
التجربة (١): التحقُّق من وجود ماء مضاف

- خطـوة (١) ضع نقطة من اللبن على سطح مستوٍ وناعم.
- خطـوة (٢) قُم بإمالة السطح قليلًا حتى يتدفَّق اللبن.
- النتيجـــة في البداية يبقى اللبن النقي، ثم يتدفَّق ببطء تاركًا أثرًا أبيض اللون. يتدفق اللبن المخفَّف على الفور من دون ترك علامة.
- ما الذي أراه؟ ....

التجربة (٢): التحقُّق من وجود الفورمالين

- **خطوة (١)** أضِف من (٢) إلى (٣) قطرات من حمض كبريتيك مركّز إلى كمّيّة مقدارها (١٠) مل من اللبن مضاف إليها كمّيّة مماثلة من الماء.
- **خطوة (٢)** انتظر ولا ترجُّ المحلول.
- **النتيجـــة** إذا ظهر في اللبن حلقة زرقاء أو بنفسجية، فهذا يعني أنه يحتوي على مادة الفورمالين، وإذا لم يظهر ذلك فهذا يعني خلوُّه منها.
- **ما الذي أراه؟** ....
....

التجربة (٣): التحقُّق من وجود مادة النشا



- **خطـوة (١)** أضِف من (٢) إلى (٣) قطرات من صبغة اليود إلى كمّيّة مقدارها (٥) مل من اللبن.
- **خطـوة (٢)** رُج المحلول جيدًا.
- **النتيجـــة** اللبن الذي يتحوّل إلى اللون الأزرق يكون فاسدًا ومغشوشًا، أمّا إذا ظل أبيض فلا توجد فيه مادّة النشا.
- **ما الذي أراه؟** ....
....

اختبر نفسك على الموضوع السادس

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

① ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يدخل اللبن في صناعة العديد من المُنتَجات مثل الزبادي. ( )
٢- الأبقار هي المصدر الوحيد للّبن. ( )
٣- اللبن من المُنتَجات التي يسهل غشها. ( )
٤- التأكد من تاريخ صلاحية منتجات الألبان من الأمور الضرورية. ( )
٥- وجود الرواسب المتجمدة بعد غلي اللبن تدل على أن اللبن طازج. ( )
٦- مادة النشا تُعتبَر من المواد الحافظة التي تضاف للّبن. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

١- يدخل .... في صناعة العديد من المُنتَجات مثل الجبن.
(أ) السمك (ب) الخضار (جـ) اللبن (د) الجمبري

٢- يتم غش اللبن عن طريق إضافة .... حيث يتم الحصول على القليل من اللبن.
(أ) السكّر (ب) الماء (جـ) الجبن (د) السمن

٣- يتم اختبار اللبن عن طريق الغلي حتى ....
(أ) يتبخّر (ب) يتخثّر (جـ) يتجمّد (د) ينضج

٤- يتم إضافة .... للألبان وهو يُعتبَر مادة حافظة قوية قد تكون ضارّة.
(أ) النشا (ب) الثلج (جـ) الفورمالين (د) الزبادي

٥- عند إضافة بعض القطرات من .... يتحول اللبن المضاف إليه النشا إلى اللون الأزرق.
(أ) صبغة اليود (ب) حمض الكبريتيك (جـ) الماء (د) العصير

٦- بعد تسخين اللبن إذا وجدت رواسب .... فهذا يعني أن اللبن غير طازج.
(أ) بيضاء (ب) دهنية (جـ) صفراء (د) متجبّنة

③ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(الفورمالين – اللبن – الأبقار – المادة الدهنية – الدجاج)

١- يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسًا بعد نزع .... منه.
٢- يُعتبَر .... من المُنتَجات التي يسهل غشها.
٣- يحافظ .... على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قوية.
٤- يمكن الحصول على اللبن من ....

تدريبات سلاح التلميذ
على الموضوعين الخامس والسادس

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

(١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- لا بد من تسخين العصير لقتل الميكروبات. ( )

٢- يضاف الماء للألبان للحفاظ عليها طازجة. ( )

٣- لإطالة فترة صلاحية الشراب يتم إضافة السكَّر للشراب. ( )

٤- الفورمالين مادة حافظة قوية قد تكون ضارة عند إضافتها للألبان. ( )

٥- تتسبب الميكروبات الموجودة في الزجاجات بتخمُّر المشروبات وفسادها. ( )

٦- يدخل اللبن في العديد من الصناعات مثل صناعة الزبادي والأجبان. ( )

(٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

١- قوام اللبن يتغير عند انتزاع المواد .... منه.

(أ) الدهنية (ب) الحافظة (جـ) الصلبة (د) الغازية

٢- يقوم العُمَّال في المصنع بارتداء غطاء الرأس لحماية المُنتَجات من ....

(أ) التبخُّر (ب) الغليان (جـ) التلوث (د) التخمُّر

٣- عند إضافة قطرات من صبغة اليود يتحوَّل اللبن المغشوش إلى اللون ....

(أ) الأزرق (ب) الأحمر (جـ) الأصفر (د) الأبيض

٤- مرحلة .... الزجاجات هي المرحلة الأخيرة في عملية صنع الشراب.

(أ) تعقيم (ب) تعبئة (جـ) كسر (د) غلي

٥- يجب التأكد من تاريخ .... اللبن.

(أ) انتهاء صلاحية (ب) تغليف (جـ) تعبئة (د) تطريز

٦- عند تصنيع الشراب لا بُد من تعليم العُمَّال كيفية استخدام .... بشكل صحيح.

(أ) الأقلام (ب) الآلات (جـ) الأخبار (د) السكَّر

(٣) صوِّب ما تحته خط:

١- تُعتبَر مصر من أقل منتجي اللبن الجاموسي في العالم. (..................................)

٢- يتم خلط السكَّر مع العصير عندما يكون السائل مثلجًا. (..................................)

٣- يصبح اللبن طازجًا عند إضافة النشا. (..................................)

٤- يحافظ الماء على إبقاء اللبن كأنه طازج. (..................................)

الموضوع السابع: سلامة الطعام وحفظه

أهداف الموضوع

ضع علامة (✓) في المربع المناسب لمدى تحقيقك للهدف

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:	جيد جدًا	جيد	بحاجة إلى مجهود أكبر
- يصف كيفية حفظ الطعام بشكل صحي وسليم.	☐	☐	☐
- يعرف متى يكون المُنتَج الغذائي غير صحي.	☐	☐	☐
- يذكر المشكلات المتعلقة بسلامة الأغذية.	☐	☐	☐

- كيف يحفظ الناس الطعام؟ لماذا من الضروري أن تكون قادرًا على حفظ الطعام؟

- **حفظ الطعام بشكل سليم.**

- يجب أن يُحفظ الطعام بشكل سليم، ولذلك تقوم المصانع والمنازل بطرق مختلفة لحفظه.
- تستخدم معامل التصنيع بعض المواد الحافظة لجعل الأطعمة تدوم لفترة أطول.

- **المواد الحافظة المستخدمة:**
  - حمض الستريك.
  - حمض الأسكوربيك.
  - النتريت.
  - الكبريتيك.

- **الأخطاء التي قد تحدث عند التصنيع:**

- تتسبب الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام في نمو البكتيريا أو العفن في الطعام ممّا يؤدي إلى إصابة الناس بالأمراض.

طرق حفظ الطعام

١- التجفيف

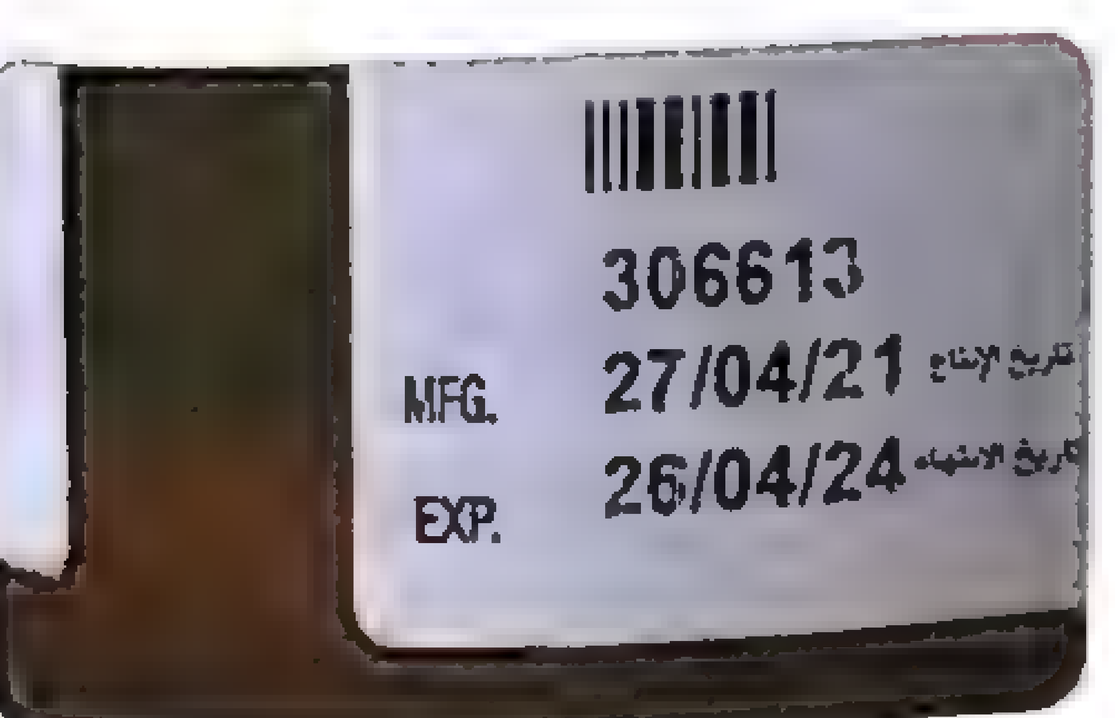
٢- التجميد

٣- البسترة

٤- التمليح

٥-التعليب

ممارسات لسلامة الغذاء



- يكون المُنتَج الغذائي غيـر صحّي إذا كان السائل الموجود في العلبة يحتوي على فُقّاعات ورائحة حادة.
- التحقُّق من تاريخ انتهاء الصلاحية المدوّن على العلبة وأنه غير منتهي.

تاريخ انتهاء الصلاحية

هو التاريخ الذي يجب أن يتم فيه استهلاك المُنتَج. بعد هذا التاريخ لا يمكن ضمان سلامة المُنتَج وجودته.

• الإجراءات التي يجب اتّباعها عند وجود عيوب في المُنتَج:

- عند وجود عيوب في المُنتَج عليك التوجه للمتجر لإعادة هذا المُنتَج.
- إذا لم يتم حل المشكلة بالمتجر يجب الاتصال **بجهاز حماية المستهلك** لتقديم شكوى (حيث يتم إرسال مفتشين إلى المصنع للتأكد من صحّة تاريخ الصلاحية وتوقيع عقوبة مناسبة على المصنع لضمان عدم تكرار مثل هذا الموقف مرة أخرى).

الاتصال بـ

هل لديك شكوى بشأن سلامة منتج غذائي؟

تواصل مع جهاز حماية المستهلك!

الخط الساخن: ١٩٥٨٨ (منطقة القاهرة الكبرى والإسكندرية).

الموقع الإلكتروني: www.cpa.gov.eg

البريد الإلكتروني: info@cpa.gov.eg

أو املأ نموذجًا في مكتب البريد المحلّي الخاص بك.

لنستكشف

• **قام عمر بشراء علبة من العصير من أحد التُّجار وعند فتحها وجد أن لها طعمًا ورائحة سيئين، في رأيك:**

١- ما الذي يجب أن يقوم به صاحب المتجر لحلِّ هذه المشكلة؟

....

....

٢- ما الدور الذي سيقوم به جهاز حماية المستهلك إذا قدَّم عمر شكوى؟

....

....

لنراجع

١- ما الذي تفعله للتأكد من سلامة المُنتَج عند شرائه؟

٢- وضِّح الطُّرق التي يتم بها حفظ الأطعمة داخل المصنع. مع ذكر الأخطاء التي يمكن أن تحدث عند تخزين الطعام.

٣- ما أهمية جهاز حماية المستهلك عند وجود عيوب في المُنتَج؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

- يوجد العديد من الطُّرق الشائعة لحفظ الطعام ومنها:

المخللات السريعة

- يُستخدم الملح والخل فقط لحفظ الخضراوات.
- يمكن أن يكون هذا النوع من المخللات جاهزًا للأكل في خلال ساعات.
- يستمر لمدة أسبوع تقريبًا في الثلاجة.

إرشـادات السلامـة

- اغسل يدك والخضراوات جيدًا.
- كن حذرًا عند استخدام سكين حاد (ضع إحدى يديك على المقبض والأخرى فوق نصل السكين).
- لا تترك البرطمانات خارج الثلاجة لأكثر من ساعة.

التجفيف

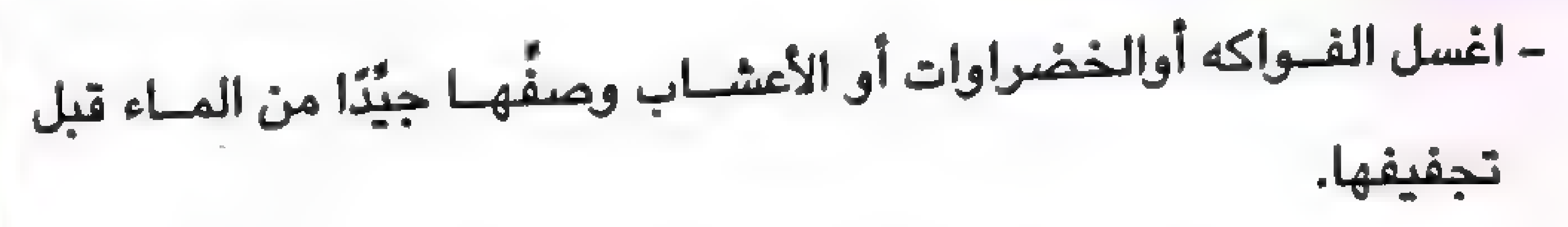
- يزيل التجفيف الرطوبة من الأطعمة حتى لا ينمو عليها أيُّ عفن أو بكتيريا.
- جميع أشكال التجفيف تحتاج إلى:
  - مزيج من الرطوبة المنخفضة.
  - درجة حرارة مرتفعة.
  - دوران الهواء لإزالة الرطوبة مع تجنُّب تلف الأطعمة أو فسادها.
- طُرق التجفيف المنزلية الشائعة المستخدمة:
  ١- التجفيف باستخدام الهواء في الداخل.
  ٢- التجفيف في الشمس خارجًا.
  ٣- التجفيف باستخدام الفرن.

أولًا: التجفيف باستخدام الهواء في الداخل

- تجفيف بعض الخضراوات والفطر والفلفل الحارّ والأعشاب بالهواء في الداخل.

إرشـادات السلامـة

- اغسل الفواكه أوالخضراوات أو الأعشاب وصفّها جيّدًا من الماء قبل تجفيفها.
- قُمْ بعملية التجفيف بالهواء في مكان دافئ وجاف.
- قُمْ بتعليق الأطعمة بخيط أو وضعها على رفوف لتتعرّض لدوران الهواء وتجُفَّف.

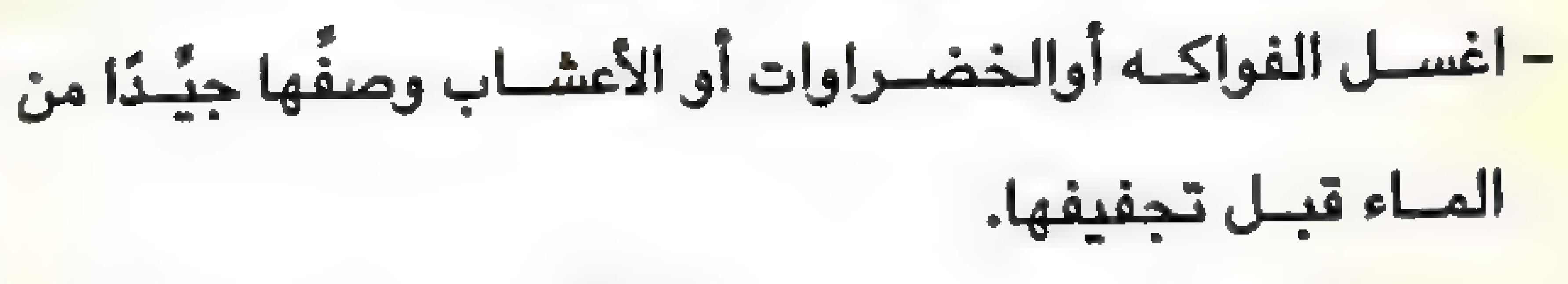


ثانيًا: التجفيف في الشمس خارجًا

- تجفيف الفواكه (بما في ذلك الطماطم) في الشمس، لأنَّها الطريقة المُثلى. لاحتوائها على نسبة عالية من الأحماض والسكَّريات، ولحمايتها من التلف. ويمكن تجفيف الفاصولياء بالطريقة نفسها.

إرشـادات السلامـة

- اغسل الفـواكه أوالخضراوات أو الأعشـاب وصفِّهـا جيِّدًا من المـاء قبل تجفيفها.
- يجـب أن توضـع الفواكـه وبعـض الأعشـاب الطبِّيَّة في الشـمس طوال اليـوم لتجفيفهـا على فرش أو مسـطَّح من الخشـب أو من الاسـتانلس أو من البلاسـتيك.
- يُفضَّل أن تتمَّ عملية التجفيف في الأيَّام الحارَّة والجافَّة. وأثناء الليل يجب أن تتمَّ تغطيتها ووضعها في الداخل.



ثالثًا: التجفيف باستخدام الفرن

- يمكن تجفيف معظم الأطعمة في الفرن.

إرشـادات السلامـة

- اغسـل الفواكـه أوالخضـراوات أو الأعشـاب وصفِّها جيِّـدًا من المـاء قبـل تجفيفها.
- يجـب أن تتـمَّ عمليـة التجفيـف في الفـرن على درجـة حرارة تتـراوح بيـن ٥٧ إلـى ٩٢ درجـة مئويـة مـع فتح بـاب الفرن أو تشـغيل مروحـة الفـرن لعـدَّة سـاعات، وذلـك لأنَّ درجات الحـرارة المرتفعـة جـدًّا قـد تـؤدِّي إلى طهـي الطعام بـدلًا مـن تجفيفه.

معلومة

طُرق تجفيف الطعام بالهواء في الداخل أو تجفيفه في الشمس هي الطُرق المُثلى لتجفيف الطعام.

اختبر نفسك على الموضوع السابع

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

① ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- عملية حفظ الطعام تتم في المصانع فقط. ( )

٢- التجفيف والتجميد أحد طرق حفظ الطعام. ( )

٣- معامل التصنيع تقوم بإضافة المواد الحافظة عند تخزين الطعام. ( )

٤- المُنتَج الغذائي الصحِّي هو الذي له رائحة سيئة. ( )

٥- يجب التحقق من تاريخ انتهاء الصلاحية قبل شراء المُنتَجات. ( )

٦- يُعدُّ التجفيف في الشمس أحد طرق تجفيف الأطعمة في المنزل. ( )

٧- الخطأ الذي يحدث عند حفظ الطعام يتسبب في نمو العفن. ( )

٨- عند وجود عيوب في المُنتَج يجب التوجه للمتجر لإعادة هذا المُنتَج. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

١- عملية .... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة.

(أ) السلق (ب) الطهي (جـ) الغلي (د) التجفيف

٢- يكون المُنتَج الغذائي .... إذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات.

(أ) غير صحِّي (ب) صحِّيًّا (جـ) طازجًا (د) جيدًا

٣- الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام تتسبب في ....

(أ) زيادة الجودة (ب) تماسك القوام (جـ) نمو البكتيريا (د) زيادة الكمِّيَّة

٤- يُعدُّ التمليح أحد طُرق حفظ ....

(أ) الكتب (ب) الطعام (جـ) اللبن (د) الحلوى

٥- يتم استخدام حمض الستريك كنوع من المواد .... عند حفظ الطعام.

(أ) الحافظة (ب) السكَّرية (جـ) الصلبة (د) المالحة

٦- عملية تجفيف الطعام تحتاج إلى درجة حرارة ....

(أ) معتدلة (ب) باردة (جـ) منخفضة (د) عالية

٧- يقوم جهاز .... بإرسال مفتشين إلى المصنع للتحقق من سبب عدم سلامة المُنتَج الغذائي.

(أ) الشرطة (ب) حماية المستهلك (جـ) الدولة (د) البيئة

تفادي المخاطر أثناء العمل

أهداف الموضوع

ضع علامة (✓) في المربع المناسب لمدى تحقيقك للهدف

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:	جيد جدًا		بحاجة إلى مجهود أكبر
- يحدد المخاطر التي يواجهها الحرفيون في العمل.			
- يقدِّم اقتراحات حول كيفية تجنُّب الإصابة أثناء ممارسة أعمال النجارة والطلاء.			
- يتدرَّب على احتياطات السلامة في مكان العمل.			

للتفاعل معًا

- ما الشيء الذي تودُّ أن تصنعه؟ ماذا ستفعل لتجنُّب إصابتك أثناء القيام بذلك؟

للتعلم

- احذر عند استخدام الأدوات.

- يقوم الحرفيون في المصانع باستخدام الآلات الثقيلة والتعامل مع الأدوات الكهربائية، وقد يسبب ذلك إصابتهم، لذلك يجب اتِّباع مجموعة من الإرشادات للعمل بطريقة آمنة.

الإرشادات الواجب اتِّباعها عند ممارسة أعمال النجارة والطلاء

أ- ارتداء نظَّارات واقية للعينين

- يجب ارتداء نظَّارات السلامة وحماية الأعين عند التعامل مع الخشب، حيث يمكن أن تتطاير نشارة الخشب في كل مكان.
- يجب ارتداء نظَّارات السلامة عند القيام بعملية الطلاء تجنبًا لأي سوائل أو ألوان متناثرة.

٢- إبقاء اليد بعيدًا عن الشفرة أو الحواف الحادّة

- يجب الحرص على عدم وضع اليد بالقرب من شفرة أو ريشة المثقب.
- عند تقطيع الخشب أو ثقبه، تُستخدم المسامير لتثبيت الأشياء على الطاولة.
- في حالة عدم وجود مسامير، يتم إمساك الأشياء بثبات مع إبقاء اليدين بعيدة عن الأجزاء الحادّة.
- إذا كانت الأدوات ثقيلة، فيجب طلب المساعدة من شخص آخر.

٣- استخدام الشاكوش بتأنٍ وحرص

- يجب الحرص عند استخدام الشاكوش، فيتم مسك المسمار ثم الدق عليه دقًا خفيفًا جدًّا في البداية. ثم دق باقي المسمار واليد بعيدة.
- يجب عدم تحريك الشاكوش إلى أعلى أو إلى أسفل حتى لا يصيب اليد أو الوجه.

٤ـ الحذر عند استخدام الأدوات الكهربائية

- يجب الحذر عند استخدام المثقب وأدوات الصنفرة وأي أدوات كهربائية أخرى.
- لا يتم استخدام هذه الأدوات بالقرب من الماء.
- عند تغيير ريشة المثقب أو ورقة الصنفرة لا بد من التأكد من أن الأدوات غير موصلة بالكهرباء وأن السلك الكهربائي لا يمتد عبر ممرٍّ.

٥ - الحرص على تهوية مكان العمل

- عند القيام بأعمال الطلاء أو استخدام مزيل الطلاء أو الغراء القوي يجب الحرص على فتح النوافذ ووضع مروحة لتهوية المكان، فالأبخرة المتصاعدة من الطلاء يمكن أن تكون مُضرَّة بالصحَّة.

لنستكشف

- يعمل عمر مع والده بأعمال النجارة. اختر الطُّرق التي قد تساعد عمر ووالده على تفادي المخاطر عند العمل في النجارة:

- الدق بالشاكوش بالقرب من اليد.
- ارتداء نظَّارات واقية للعين عند العمل.
- استخدام المثقب بالقرب من الماء.
- تغيير ريشة المثقب بدون توصيلها بالكهرباء.

لنراجع

١- وضِّح أهمِّية استخدام النظَّارات الواقية للعينين، ووسائل التهوية عند العمل بالحِرَف.

٢- كيف يمكن تجنُّب الإصابات التي تحدث أثناء القيام بأعمال النجارة والطلاء؟

٣- لماذا قد يتجاهل بعض العُمَّال احتياطات السلامة؟ وكيف يمكن حثُّهم على اتِّباع هذه الاحتياطات؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

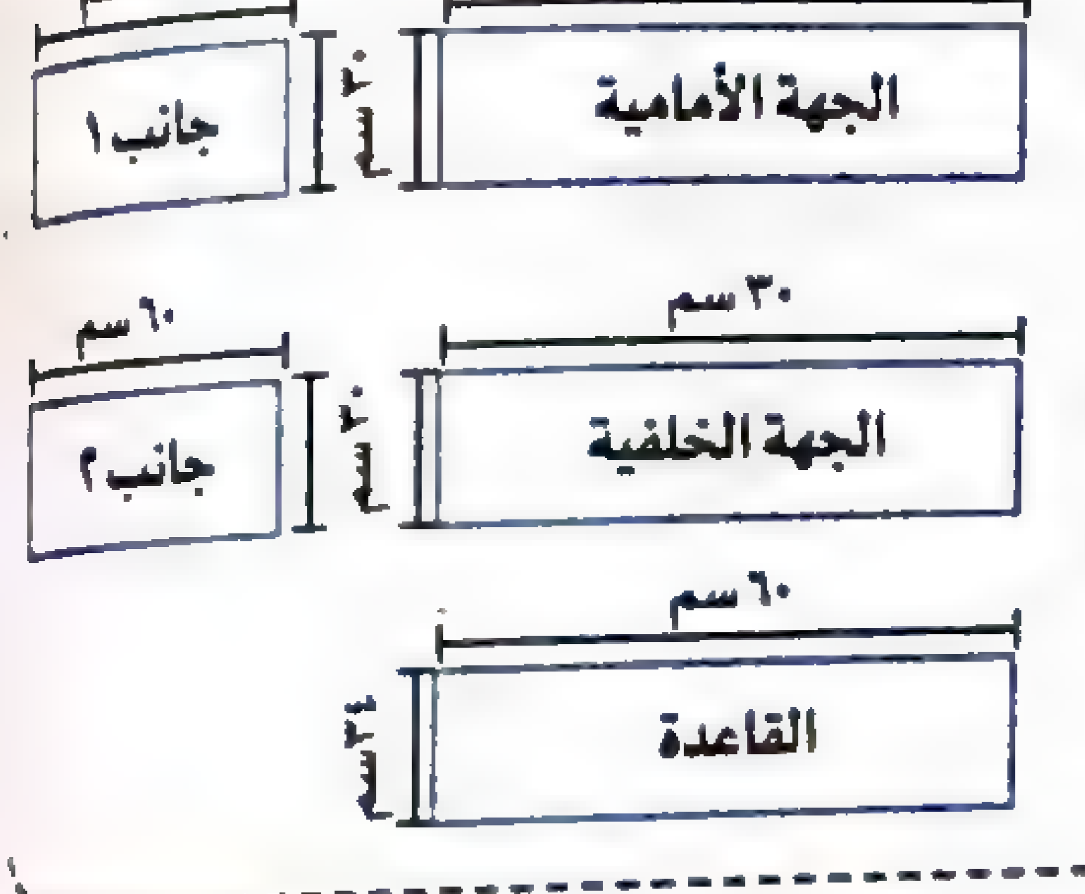
- اتَّبع قـواعد السلامة في مكان العمل، وقُمْ بصنع صندوق صغير يمكن استخدامه لوضع الأقلام فيه، ثم قم بطلائه:

الخطوة (١)

- راجِع احتياطات السلامة التي يجب أن تتخذها قبل البدء بمشروعك وأثناء العمل.

الخطوة (٢)

- خطط لشكل الصندوق الذي تريد صنعه. اصنع نموذجًا لمساعدتك في وضع علامات على الخشب قبل تقطيعه.
- تحتاج مثلًا إلى لوحين جانبيَّين ولوح للجهة الأمامية والخلفية ولوح للقاعدة. ولكن يمكنك جعل صندوقك أطول أو أعرض أو أقصر إذا كنت ترغب في ذلك.



الخطوة (٣)

- اقطع الأجزاء الخاصَّة بك بعد أخذ المقاسات.
- اجمع أجـزاء صندوقك، دوِّن إرشادات السلامـة الخاصـة باستخدام الشاكوش.

الخطوة (٤)

- قُم بصنفرة صندوقك حتَّى يصبح ناعمًا.

الخطوة (٥)

- قُم بطلاء صندوقك بالألوان أو اللون الذي تختاره وبالشكل الذي تريده.

الخطوة (٦)

- اعرض مشروعك النهائي على زملائك في الفصل، ووضِّح لأيِّ غرض ستستخدم صندوقك.

اختبر نفسك على الموضوع الثامن

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

① ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يمكن استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. ( )

٢- لا بد من فتح النوافذ أثناء القيام بعملية الطلاء. ( )

٣- عند استخدام الشاكوش يجب أن نحرص على عدم إيذاء أيدينا. ( )

٤- يُمكننا تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء. ( )

٥- أثناء ثقب قطعة من الخشب يمكن استخدام المسامير لتثبيتها على الطاولة. ( )

٦- ارتداء نظّارة السلامة ضروري عند القيام بنشر الخشب. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

١- يجب اتّباع ما يلي عند تغيير ريشة المثقب ما عدا ....

(أ) تقريبه من الماء (ب) عدم توصيله بالكهرباء
(جـ) عدم إمرار السلك في الكهرباء (د) إبعاده عن الماء

٢- يجب ارتداء نظّارات واقية عند الطلاء لتجنُّب .... المتناثرة.

(أ) بقايا الطعام (ب) نشارة الخشب
(جـ) السوائل والألوان (د) بقايا الحديد

٣- عند حمل الآلات الحادة الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـ ....

(أ) طفل صغير (ب) شخص بالغ (جـ) نظّارات واقية (د) مسامير

٤- جميع ما يلي من إرشادات السلامة عند العمل بالنجارة ما عدا ....

(أ) استخدام نظّارات واقية (ب) دق المسامير بالشاكوش بعيدًا عن اليد
(جـ) تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء (د) استخدام المثقب بعيدًا عن الماء

٥- يجب استخدام النظّارات الواقية عند القيام بـ ....

(أ) شُرب الماء (ب) عمل العصائر (جـ) أعمال النجارة (د) الطهي

٦- يجب ان تكون النوافذ .... عند القيام بعملية الطلاء.

(أ) مغطاة (ب) مفتوحة (جـ) مغلقة (د) مظلمة

أهداف الموضوع

ضع علامة (✓) في المربع المناسب لمدى تحقيقك للهدف

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:	جيد جدًا	جيد	بحاجة إلى مجهود أكبر
يشرح الخطوات اللازمة لتقديم الإسعافات الأوَّليَّة.	☐	☐	☐
يمارس مهام الإسعافات الأوَّليَّة عند إصابة أحد ما.	☐	☐	☐
يبحث عن الكتب المتعلِّقة بالصحة والسلامة في المكتبة ويناقش ما فيها من معلومات.	☐	☐	☐

- ماذا ستفعل إذا تعرَّض صديقك لإصابةٍ أثناء وجودكما معًا؟ بِمَ ستشعر؟ وما الذي يمكنك فعله لتبقى هادئًا

للتعلّم

- المساعدة في حالات الطوارئ الصحيَّة.

الخطوات الأساسية اللازمة لتقديم الإسعافات الأوَّليَّة

١ـ تقييم الوضع:

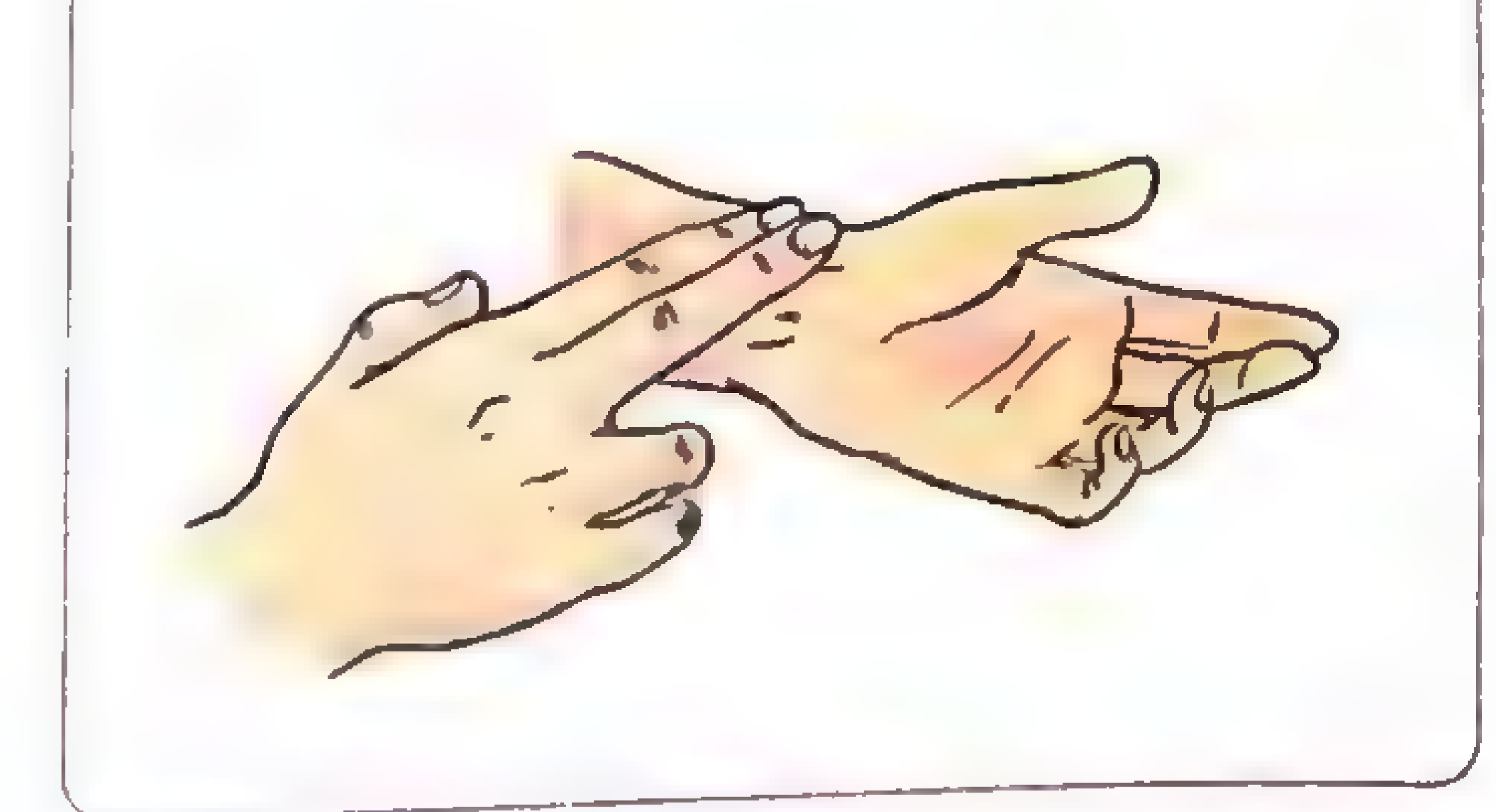
- التحقُّق من نوع الإصابة التي أصيب بها الشخص. بمعنى هل هو في وعيه ويستجيب؟ هل يتنفس؟ هل ينزف؟ هل حالته تسمح بتقديم المساعدة له؟

٢ـ التخطيط للتدخُّل:

- في حالة خطورة الإصابة يجب الاتصال بالرقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة الإسعاف.
- يجب التفكير في طريقة المساعدة حتى يصل المسعفون

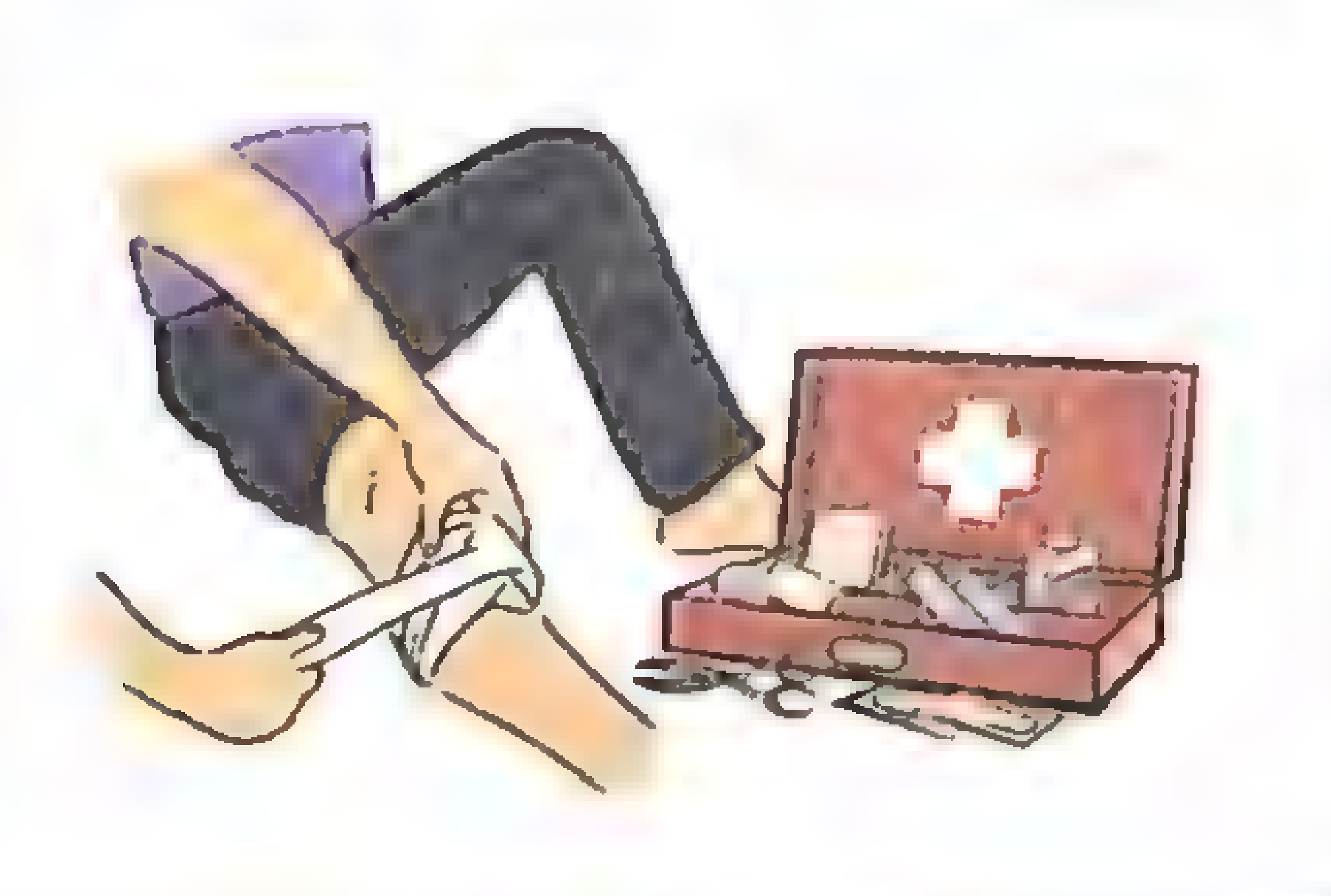
٣ـ تقدير الوضع:

- إعادة فحص الشخص، هل يحتاج إلى المزيد من الإجراءات والتدابير.

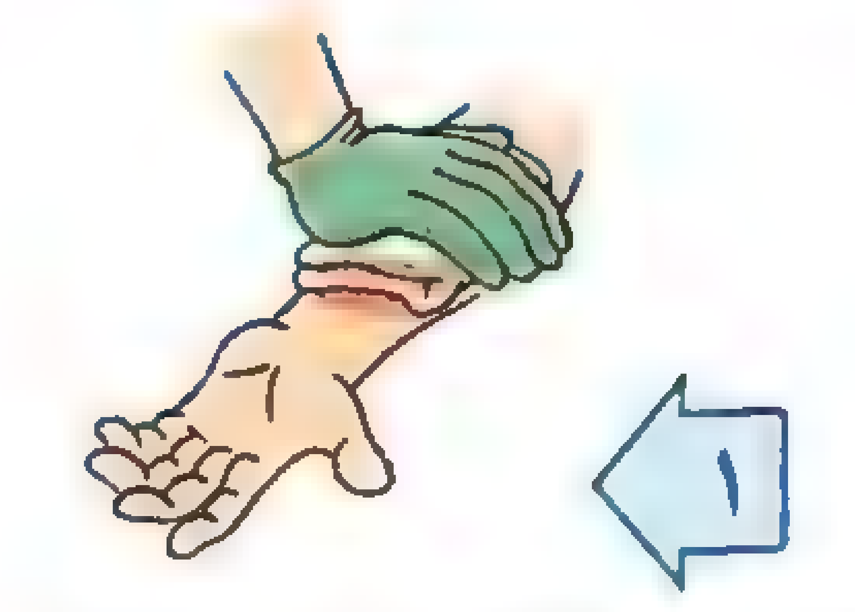


٤ـ تقديم الإسعافات الأوَّليَّة:

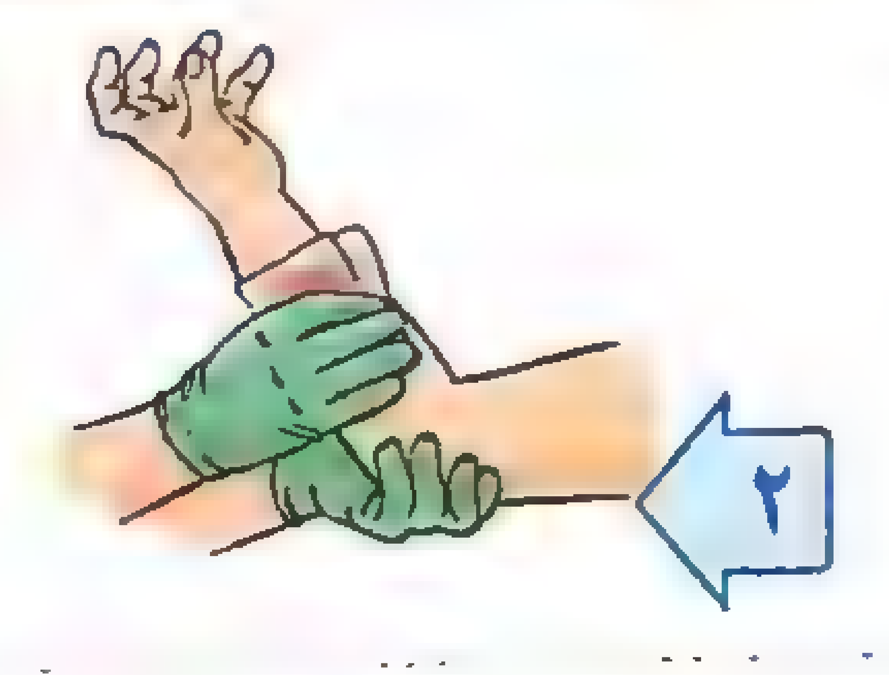
- استخدام حقيبة الإسعافات الأوَّليَّة في علاج الإصابات والجروح الطفيفة.



- الخطوات التي يجب اتِّباعها لوقف نزيف حدث عند إصابة شخص ما:

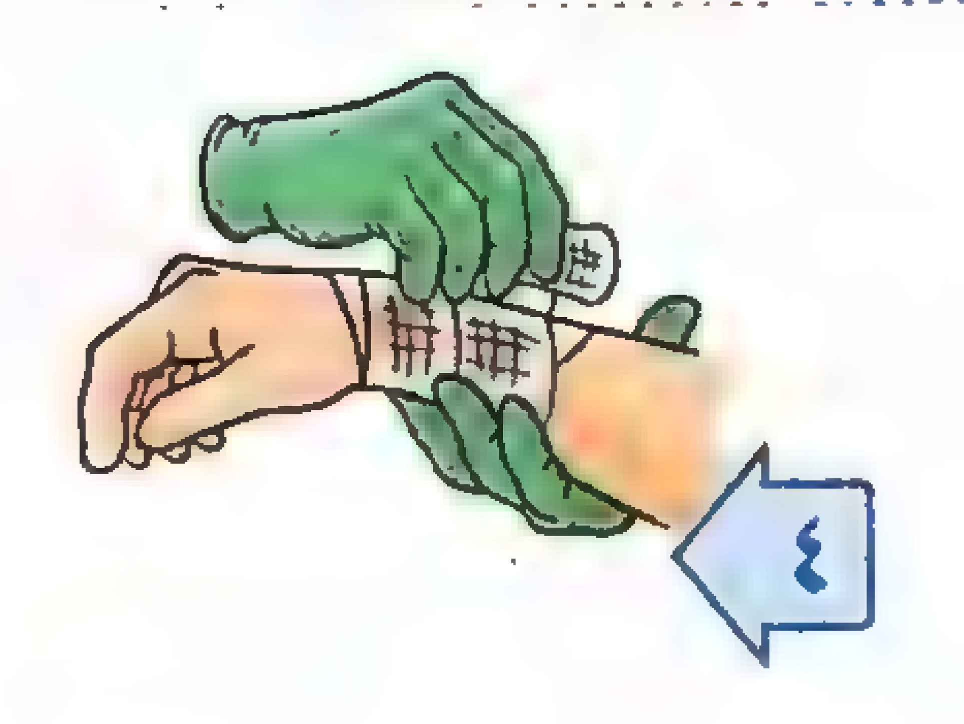


اضغط بقوَّة على الجرح بقطعة قماش نظيفة.



ارفع الطرف المجروح إلى أعلى.

نظِّف الجرح.



ضمِّد الجرح.

• وضعية الإفاقة:

- إذا كان الشخص فاقدًا للوعي ولكنه يتنفّس فيجب اتّباع الوضعية الآتية لمساعدته على التنفُّس حتى وص
المسعفين.

١

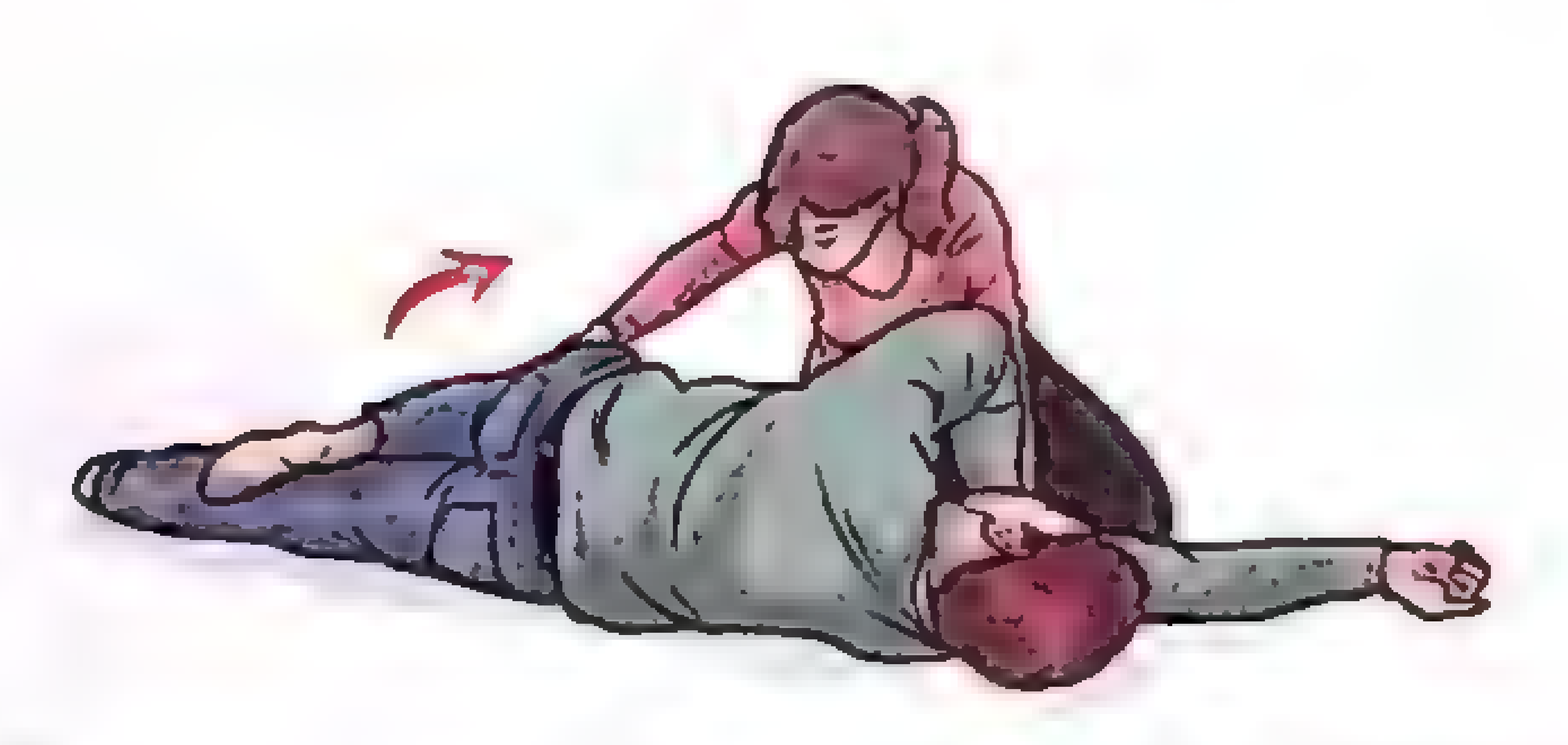
- ضع ذراعه التي هي أقرب إليك على شكل زاوية قائمة.

٢

- اثنِ الركبة والذراع البعيدتين عنك، وضع يده الأخرى على خدّه المعاكس.

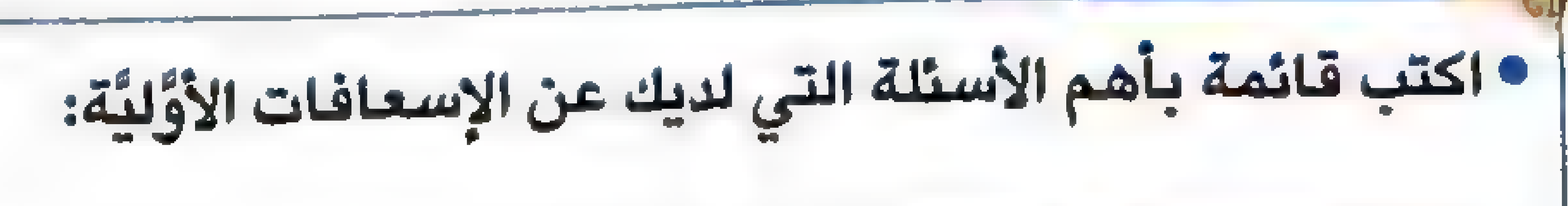
٣

- استخدم الركبــة البعيدة عنك لتدويـر المصــاب في اتجاهك مع دعم رأسه باستخدام يدك الأخرى، فالركبة المثن
تمنع الجسم من التدحرج.



④ - قُم بإمالة الرأس بلطف قليلًا إلى الخلف، وارفع الذقن لفتح مجرى الهواء، واستمرَّ في حبس نبضه وتنفُّسه حتَّى وصول المساعدة.

لنستكشف



• اكتب قائمة بأهم الأسئلة التي لديك عن الإسعافات الأوَّليَّة:

....

....

لنراجع

١- وضِّح الحالة التي يجب فيها وضع الشخص المصاب في وضعية الإفاقة.

٢- ما الضرورة من تقديم الإسعافات الأوَّليَّة بالرغم من استدعاء سيارة الإسعاف؟

٣- ما الطريقة الأفضل لتعلُّم كيفية تقديم الإسعافات الأوَّليَّة؟

نتعلَّم من خلال التطبيق

• **بعد أن تعرَّفت على الإسعافات الأوَّليَّة التي يجب تقديمها عند إصابة شخص ما. قم بالاستفادة ممَّا تعلَّمته لتنفيذ هذه الإسعافات في المواقف الآتية:**

١- إصابة شخص بنزيف عند وقوعه على الأرض.

....

٢- فقد شخص وعيه عند إصابته ولكنه يتنفس.

....

٣- إصابة شخص بجروح طفيفة.

....

اختبر نفسك على الموضوع التاسع

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

① ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تقدير الوضع هو الخطوة الأولى لتقديم الإسعافات الأوَّليَّة للشخص المصاب. ( )

٢- يجب مساعدة الشخص المصاب مهما كانت خطورة إصابته دون انتظار سيارة الإسعاف. ( )

٣- تُستخدم حقيبة الإسعافات الأوَّليَّة لعلاج الجروح البسيطة. ( )

٤- وضعية الإفاقة مناسبة للأشخاص المصابة بنزيف. ( )

٥- يجب الاتصال برقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة الإسعاف عند الإصابة الخطيرة. ( )

٦- يجب الضغط برفق على الجرح الذي ينزف بقطعة قماش نظيفة. ( )

٧- لا يمكن مساعدة شخص فاقد للوعي ويتنفس. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يمكن مساعدة شخص مصاب عن طريق كلٍّ ممَّا يلي ما عدا ....

(أ) الاتصال برقم الإسعاف ١٢٣ (ب) استخدام حقيبة الإسعافات الأوَّليَّة

(جـ) مساعدته على التنفس (د) عدم الاتصال بسيارة الإسعاف

٢- يتم وضع الشخص .... في وضعية الإفاقة.

(أ) فاقد الوعي ولكنه يتنفس (ب) فاقد الوعي ولا يتنفس

(جـ) المصاب بنزيف (د) المصاب بجرح طفيف

٣- أيُّ العبارات الآتية لا تُعتبَر من الخطوات اللازمة عند تقديم الإسعافات الأوَّليَّة ....

(أ) الضغط بقوة على الجرح عند حدوث نزيف. (ب) تضميد الجرح.

(جـ) عدم التحقق من نوع الإصابة. (د) مساعدة الشخص على التنفس.

③ رتِّب خطوات إيقاف نزيف جرح ما:

(أ) (ب) (جـ) (د)

تدريبات سلاح التلميذ
على الموضوعات السابع والثامن والتاسع

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

① ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يُستخدم حمض النتريت أو الكبريتيك كمواد حافظة للطعام. ( )

٢- التجفيف والبسترة هي الطُرق الوحيدة لحفظ الطعام. ( )

٣- يجب التأكد من تاريخ الإنتاج فقط عند شراء أي منتج. ( )

٤- طريقة تجفيف الطعام في الشمس ليست طريقة مُثلى لحفظ الطعام. ( )

٥- يجب استخدام الشاكوش عند دق المسامير بعيدًا عن اليد. ( )

٦- يجب غلق الشبابيك عند طلاء المنزل. ( )

٧- يجب التخطيط للتدخُّل عند إصابة شخص بإصابة خطيرة. ( )

٨- لا يمكن علاج الجروح الطفيفة إلَّا بالذهاب إلى المستشفى. ( )

٩- تنظيف الجرح من أساسيات وقف النزيف. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- ما الدليل على عدم سلامة الطعام عند شرائه؟

(أ) رائحته الحادة (ب) طعمه الجيد

(جـ) رائحته الجميلة (د) لونه الرائع

٢- يجب الحذر من .... عند العمل بحِرْفة النجارة.

(أ) تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء (ب) استخدام المثقب بعيدًا عن الماء

(جـ) الدق بالشاكوش بعيدًا عن اليد (د) ارتداء النظَّارات الواقية

٣- يجب استخدام .... عند إصابة شخص ما.

(أ) الأطباق (ب) الإسعافات الأوَّليَّة (جـ) الشاحن (د) المسطرة

٤- يجب الاتصال برقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة .... عند إصابة شخص إصابة خطيرة.

(أ) الأجرة (ب) الرش (جـ) الإسعاف (د) النقل

٥- يجب وضع .... لتهوية الغرفة عند الطلاء.

(أ) سخان (ب) غسالة (جـ) مروحة (د) موقد

شخصيات مصرية مؤثرة

د. محمد أحمد غنيم

مَن هو؟

- عالِم مصري وُلِد في ١٧مارس ١٩٣٩م، كان متفوقًا في دراسته وأحب دراسة الطب.
- تخرَّج في كلية الطب من جامعة القاهرة عام ١٩٦٠م.
- درس الجراحة، وتخصص في جراحة المسالك البولية (هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي).
- تلقَّى التدريب في الجراحة العامة وجراحة المسالك البولية في مستشفيات جامعة القاهرة.
- قرَّر توسيع نطاق خبرته من خلال الدراسة والعمل في مراكز طبية وجامعات مختلفة في المملكة المتحدة والولايات المتحدة الأمريكية وكندا.
- عمل عند عودته إلى مصر كأستاذ في جراحة المسالك البولية في جامعة المنصورة.

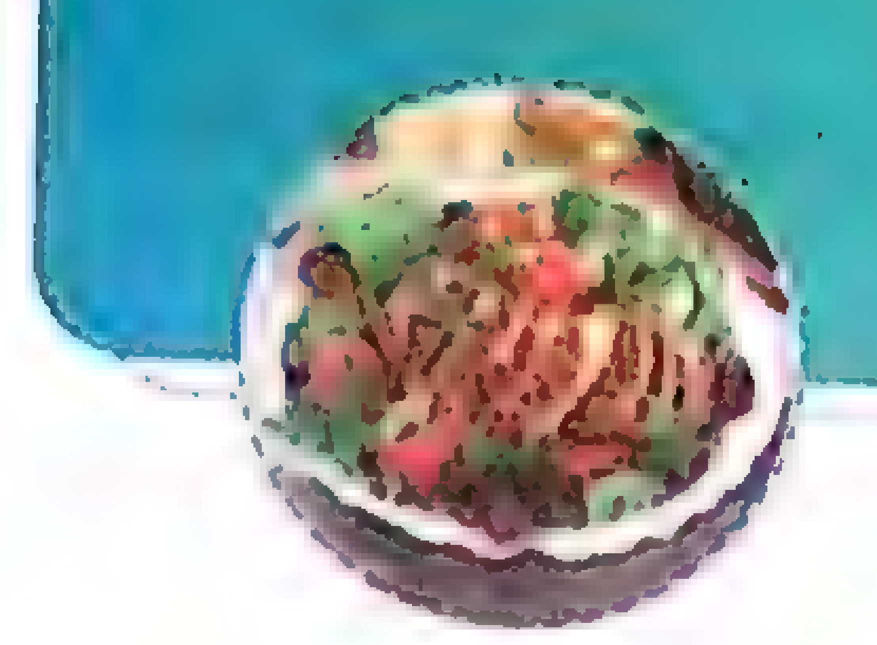
أهم إنجازاته:

- قام بتأسيس مركز أمراض الكُلَى والمسالك البولية (UNC) بجامعة المنصورة عام ١٩٨٣م وهو يُعتبَر أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكُلَى.
- تعاون المركز مع منظَّمة الصحَّة العالمية وقدَّم خدمات طبِّية وجراحيَّة مجانية لآلاف المرضى.
- كما قدَّم المركز التعليم والتدريب العلمي للممرِّضين والأطباء على الصعيد المحلِّي والعالمي.
- قام بإجراء الآلاف من عمليات زراعة الكُلَى في المركز.

- أجرى بحوثًا متقدمة في العلوم الجراحية، وقدَّم فيها العديد من الأساليب الجراحية الحديثة.
- قام بنشر العديد من الكتب والمقالات العلمية على الصعيد المحلِّي والعالمي.
- قام بإجراء أوَّل عملية لزراعة الكُلَى في مصر عام ١٩٧٦م.
- قام مؤخرًا بإجـراء بحوث علمية متقدمة على زراعة الخلايا الجذعية (هي نوع من الخلايا التي تُنشئ جميع أنواع الخلايا الأخرى مثل خلايا الكبد أو الكُلَى).
- عضو في العديد من الجمعيات الطبِّية، مثل الجمعية الفرنسية لجراحة المسالك البولية وجراحة الأورام بأمريكا.
- عمل أستاذًا زائرًا في العديد من الجامعات حول العالم.

الجوائز التي حصل عليها:

- تم منحه درجة الدكتوراه الشرفية في الطب من جامعة جوتنبرج في السويد.
- جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية في مصر عام ١٩٩٧م.
- جائزة ميدالية سان بول من الجمعية البريطانية للمسالك البولية عام ١٩٩٢م.
- جائزة الملك فيصل العالمية عام ١٩٩٩م.
- جائزة مبارك في مجال الطب عام ٢٠٠١م.



المستكشف النشط

ضع علامة (✓) في المربع المناسب لمدى تحقيقك للهدف

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:	جيد جدًا	جيد	بحاجة إلى مجهود أكبر
- يوضِّح أهميَّة توفير الغذاء على المستوى المحلِّي.	☐	☐	☐
- يحدد أهميَّة فحص الأغذية وسلامة الغذاء.	☐	☐	☐
- يكتب خطة لإنشاء مطعم للأطعمة الصحيَّة.	☐	☐	☐

للتفاعل معًا

- ما الطعام الذي تحب تناوله؟ هل هو جيد لصحَّة جسمك؟

- **السيدة لويز إيمانويل مابولو.**

- السيدة لويز إيمانويل مابولو هي طاهية ومزارعة ورائدة أعمال وبصفتها طاهية فإنها تستضيف فعاليَّات مختصة بعملية الطهي والتي تتميز بطعام صحِّي ولذيذ.
- هدفها تثقيف الناس فيما يتعلَّق بالطهي من خلال استخدام مكوِّنات طازجة ومغذية وطبيعية.
- تُفضِّل الحصول على مكوِّنات طعامها من المُنتجات والمصادر المحلِّية حيث يضمن لها المكوِّنات الطازجة كما يساعد على دعم الاقتصاد المحلِّي.
- أسست مشروع الكاكاو في الفلبين، وأهم أهدافه هي مساعدة المزارعين على أن يشعروا بالأمان من الناحية المالية، وأيضًا ضمان وجود غذاء كاف للسكان في المستقبل.
- عَلَّمت المزارعين كيفية زراعة النباتات التي يمكنها تحمُّل التغيُّرات المناخية والكوارث الطبيعية.
- زوَّدت المزارعين بشتلات الكاكاو كما تشجعهم على زراعة البامية واليقطين للحفاظ على خصوبة التربة.
- ساعد مشروع الكاكاو ٢٠٠ مزارع على زراعة ثمانين ألف شجرة.
- حصلت بسبب مشروع الكاكاو على جائزة «أبطال الأرض الشباب» في إطار برنامج الأمم المتحدة للبيئة، ومُنِحَت لقب «أفضل مزارع شاب» لعام ٢٠١٨م.

• نمط الحياة الصحّي يشمل:

• أولًا: الطعام الصحّي:

- يُعتبَر الطعام الصحّي أمرًا مهمًا جدًا لصحّة الإنسان، لذلك يجب اتّباع نظام غذائي صحّي لوقاية الجسم من العديد من الأمراض، وتوفير الطاقة التي يحتاج إليها الجسم.

• النظام الغذائي الصحّي يشمل تقليل كل من:

• **الملح:** الإفراط في تناوله يزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والسكتة الدماغية.

• **السكَّر:** كثرة تناوله يزيد من فرص الإصابة بمرض السكَّري.

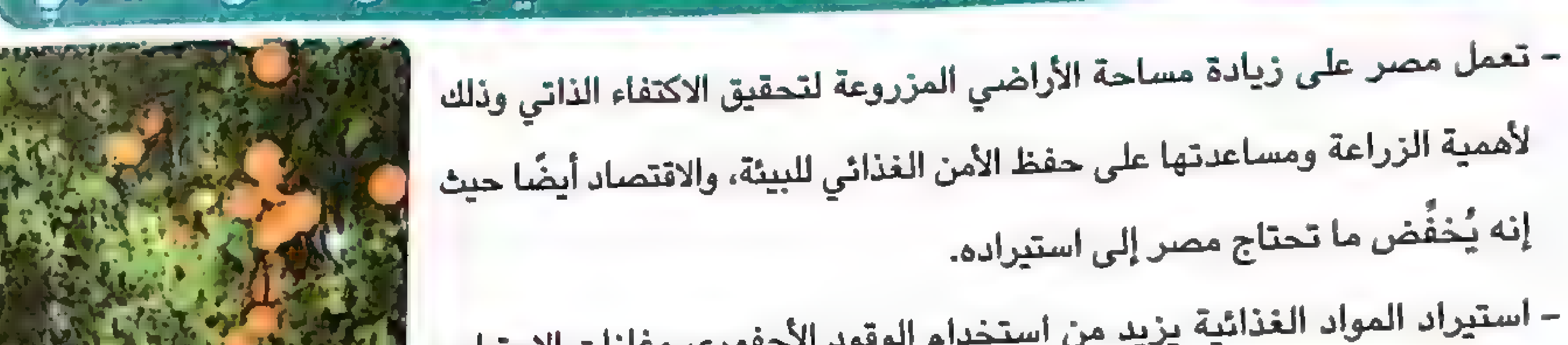
• **الدهون:** كثرة استخدام المواد الدهنية مثل الزبد والسمن يمكن أن تؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية.

- عدم تناول ما يكفي من العناصر الغذائية يؤدي إلى سوء التغذية بينما الإفراط في تناول الطعام يؤدي إلى زيادة الوزن والسمنة.

• ثانيًا: النشاط البدني (ممارسة الرياضة):

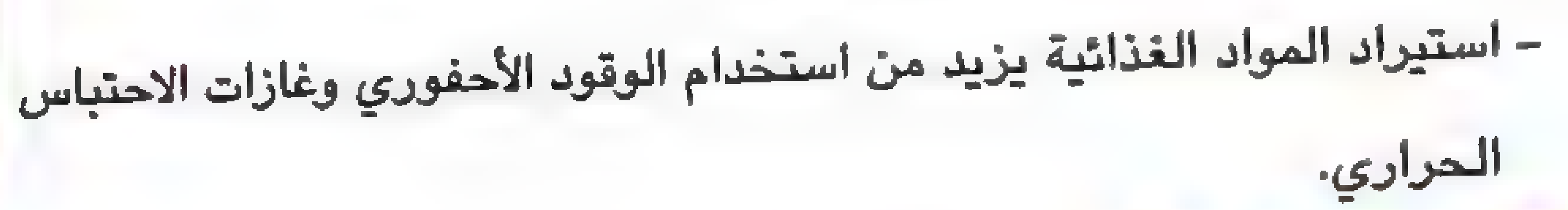
- يجب على الأطفال ممارسة الرياضة لمدة ساعة واحدة يوميًا بينما يحتاج البالغون إلى نصف ساعة يوميًا.

دور مصر في تحقيق المزيد من الاكتفاء الذاتي وضمان الأمن الغذائي



- تعمل مصر على زيادة مساحة الأراضي المزروعة لتحقيق الاكتفاء الذاتي وذلك لأهمية الزراعة ومساعدتها على حفظ الأمن الغذائي للبيئة، والاقتصاد أيضًا حيث إنه يُخفِّض ما تحتاج مصر إلى استيراده.

- استيراد المواد الغذائية يزيد من استخدام الوقود الأحفوري وغازات الاحتباس الحراري.



لنستكشف

• تنضج الفاكهة والخضراوات في أوقات أو مواسم مختلفة خلال العام مثل: البرتقال يزرع في الموسم الشتوي:

١- أهمّيّة استهلاك البرتقال في موسمه هي: ....

....

٢- تتسبب زيادة مساحة الأراضي المزروعة بالبرتقال في: ....

....

لنراجع

١- ما أهمية الحصول على الطعام من المصادر المَحلّية؟

٢- حدد الأماكن التي يستطيع الأفراد في مجتمعك شراء طعام طازج من المزارعين المَحلّيين.

نتعلَّم من خلال التطبيق

• فحص الأغذية والتأكد من سلامتها:

- يُعتبَر اختبار الأغذية والمشروبات التي يتم تصنيعها أمرًا مهمًّا للصحَّة.
- يتم اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة في المصانع بواسطة الهيئة القومية لسلامة الغذاء.
- يتم تحليل محتويات المُنتَج وفحصها داخل المختبرات والمعامل للتأكد من عدم وجود عناصر ضارة مثل البكتيريا ومعرفة كمِّيَّة المواد الحافظة الموجودة فيها.
- يوجد قوانين ومعايير تقوم بتنظيم عملية تصنيع الأغذية والمشروبات مثل: عمليات التفتيش التي يتم إجراؤها بشكل دائم.
- يجب عليك كمستهلك للمنتجات التي يتم تصنيعها أن تقوم باختبارها عن طريق الاختبار الأساسي وهو استخدام الحواس (البصر، التذوُّق، الشم، اللمس والسمع).

• ملصق المُنتَج:

- قراءة ملصق المُنتَج أمر مهم جدًّا فهو يتضمَّن معلومات غذائية خاصة بالمُنتَج مثل مكوِّناته والعناصر الغذائية والفيتامينات. كما يجب التحقق من تاريخ الإنتاج وتاريخ انتهاء الصلاحية للتأكد من أن المُنتَج لا يزال آمنًا للاستهلاك.
- تتضمَّن الملصقات إرشادات وتعليمات أخرى مثل كيفية تخزين المُنتَج قبل وبعد فتح العبوة.

• يوجد داخل المطبخ العديد من المُنتَجات المصنوعة في المصنع، قم باختيار اثنين ثم املأ الجدول:

اسم المُنتَج	ما شكله وطعمه ورائحته؟	ما الفيتامينات والأملاح المعدنية الموجودة فيه؟	ما تاريخ إنتاجه وتاريخ انتهاء صلاحيته؟	هل هناك تعليمات خاصة بتخزينه؟
....	....	....	....	....
....	....	....	....	....

تدريبات سلاح التلميذ
على الموضوع الحادي عشر

مجاب عنها بنهاية الكتاب

① ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تناوُل القليل جدًّا من العناصر الغذائية يتسبب في سوء التغذية. ( )

٢- تحرص السيدة لويز إيمانويل مابولو على استخدام مصادر مَحلّية عند طهي الطعام. ( )

٣- يتطلَّب نمط الحياة الصحِّي ممارسة الرياضة والطعام الصحِّي. ( )

٤- يجب استخدام مكونات طازجة عند تحضير الطعام. ( )

٥- تشجع السيدة لويز إيمانويل مابولو المزارعين على زراعة البامية للحفاظ على خصوبة التربة. ( )

٦- تحقيق الأمن الغذائي يقلل من عملية الاستيراد. ( )

٧- كثرة تناول الدهون يسبب النحافة. ( )

٨- تهدف السيدة لويز إيمانويل مابولو لتثقيف الناس بما يتعلق بالطهي. ( )

٩- تناوُل طعام صحِّي يفيد الفرد والوطن والبيئة. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الإفراط في تناول الملح قد يتسبب في حدوث جميع ما يلي ماعدا ....

(أ) ارتفاع ضغط الدم
(ب) أمراض القلب
(جـ) السكتة الدماغية
(د) المساعدة على عملية الهضم

٢- يجب استخدام .... للحصول على طعام صحِّي ولذيذ.

(أ) مكونات طازجة
(ب) الكثير من الملح
(جـ) الكثير من الدهون
(د) كمِّيَّة كبيرة من السكَّر

٣- يجب ممارسة .... للحصول على نمط غذائي صحِّي.

(أ) الرياضة
(ب) الكتابة
(جـ) القراءة
(د) ركوب السيارات

٤- يتسبب الإفراط في تناول الطعام في ....

(أ) تقليل الوزن
(ب) زيادة الوزن
(جـ) النحافة
(د) الصحة الجيدة

٥- تشجع السيدة مابولو المجتمع على استخدام مصادر محلية عند ....

(أ) إنتاج الخشب
(ب) صناعة البلاستيك
(جـ) طهي الطعام
(د) صناعة الورق

① اقرأ وأجب:

١- اذكر ثلاثة أطعمة غنية بالبروتينات يمكن أن يتناولها النباتيون الصِّرْف.

٢- لماذا تناوُل الوجبات السريعة طوال الوقت ليس أمرًا جيدًا؟

٣- كيف يمكن لموظفي مقصف المدرسة عرض الطعام بطريقة لافتة للنظر؟

٤- ما الفرق بين الشراب الطبيعي والشراب الصناعي؟

٥- كيف يتجنب عُمَّال المصنع تلوث الشراب خلال معالجته؟

٦- ما العناصر الغذائية النافعة التي يحتويها اللبن؟

٧- ما الطُّرق التي تُستخدم لحفظ الطعام بشكل صحّي وسليم؟

٨- ما الحوادث التي يمكن أن تحدث أثناء ممارسة أعمال النجارة؟

٩- ما الخطوات الأساسية الأربع للإسعافات الأوَّليَّة؟ ولماذا هي مهمة؟

② اكتب:

- اذكر خمسة أمور يمكن أن تقوم بها لتبقى سالمًا وبصحَّة جيدة في حياتك اليومية. وضِّح كيف يمكن لكل عمل أن يُبقيك سالمًا وبصحَّة جيدة؟

③ فكِّر ثمَّ أجِب:

١- بعد المدرسة، كانت فريدة جائعة وكان لديها بعض الدجاج المقلي، سلطة خضار طازجة وقطع من الجبن، زجاجة كبيرة من عصير الفاكهة الصناعي. أيٌّ من الخيارات المذكورة هو الأكثر صحَّة لفريدة؟ برِّر إجابتك.

٢- أثناء قيامك بالطَّهو مع أحد أقاربك، تعرَّض لحادث أدَّى إلى جرح أحد أصابعه بسكين حاد عن طريق الخطأ. ماذا تفعل عندها؟

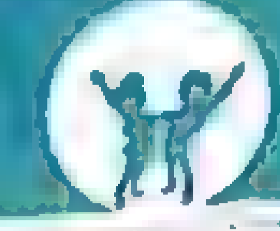
④ راجِع وأجِب:

١- تخيَّل أنك ستطلق حملة توعية لمساعدة الناس على حماية صحتهم. فكِّر في مسألة التغذية والصحَّة أو السلامة. كيف يمكنك تثقيف الناس حول ذلك؟

٢- تخيَّل أنك بائع طعام أو شراب، ما الخطوات التي يمكن أن تتخذها لتجعل الطعام أكثر صحَّة، ولافتًا، وآمنًا أكثر؟

٣- فكِّر في مهنة قد ترغب في ممارستها. ما أنواع المخاطر والحوادث وحالات الطوارئ التي قد يتعرَّض لها الموظفون في هذه المهنة؟ وما خطوات السلامة التي يمكن أن تتخذها؟

⑤ كيف نستطيع أن نحيا حياة صحِّية وسليمة؟



تدريبات سلاح التلميذ المتنوّعة

على المحور الثالث

أولًا ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١ - تساعد الفواكه والخضراوات على عملية الهضم. ( )

٢ - الأشخاص النباتيون هم الذين يختارون بدائل نباتية بدلًا من البروتينات الحيوانية. ( )

٣ - تُعتبَر الدواجن أحد البدائل النباتية التي يمكن تناولها. ( )

٤ - تحتوي الوجبات السريعة على نسبة قليلة من الدهون والأملاح. ( )

٥ - لتناول وجبات صحِّية، يجب اختيار الوجبات التي تحتوي على نسبة منخفضة من السكَّر. ( )

٦ - الأطعمة المقلية تحتوي على طاقة أقل من الأطعمة المشوية. ( )

٧ - صورة الشهادة الصحِّية تضمن سلامة الطعام والعاملين في المقصف المدرسي. ( )

٨ - استخدام الأكياس لتغليف الطعام أحد طرق تخزين السلع في المقصف المدرسي. ( )

٩ - لا بد من وضع الطعام وتجهيزه داخل المقصف بشكل عشوائي. ( )

١٠- الشراب الطبيعي الطازج هو نوع الشراب الوحيد الذي يمكن تناوله. ( )

١١- أولى خطوات تصنيع الشراب هي بيع الفاكهة وتحويلها لعصير. ( )

١٢- الشراب الطبيعي المعلَّب له مذاق الفاكهة ولكنه ليس طازجًا. ( )

١٣- للحفاظ على سلامة العُمَّال داخل المصانع يجب الحذر عند استخدام الحرارة العالية. ( )

١٤- أولى خطوات تحضير العصير الطبيعي تعبئة علب العصير. ( )

١٥- إضافة المواد الحافظة للشراب يطيل من فترة صلاحيته. ( )

١٦- يدخل اللبن في الكثير من المُنتَجات والمشروبات المُصنَّعة. ( )

١٧- يحتوي اللبن على نسبة منخفضة من العناصر الغذائية. ( )

١٨- طعم ورائحة اللبن النفَّاذة يدلَّان على أنه طازج وصحِّي. ( )

١٩- لا يوجد أي طرق للتحقُّق من جودة اللبن وصحَّته. ( )

٢٠- التجميد والتعليب من طُرق حفظ الطعام في المصنع والمنزل. ( )

٢١- حمض الأسكوربيك من المواد الحافظة التي يتم إضافتها لحفظ الطعام. ( )

٢٢- يُستخدم الملح والسكَّر في تخليل الخضراوات وحفظها. ( )

٢٣- تحتاج عملية تجفيف الطعام إلى نسبة رطوبة عالية. ( )

٢٤- غسل الخضراوات ضروري قبل عملية التجفيف فقط. ( )

٢٥- ارتداء نظَّارات السلامة أمر ضروري عند القيام بعملية الطلاء. ( )

٢٦- يجب فتح النوافذ عند استخدام الغراء أثناء الطلاء للحفاظ على الصحَّة. ( )

٢٧- عليك الانتباه جيدًا عند استخدام الأدوات الكهربائية مثل المثقب. ( )

٢٨- يمكن تقديم الإسعافات الأوَّليَّة دون تقييم وضع الشخص المصاب. ( )

٢٩- الضغط على جرح شخص مصاب بقطعة قماش يساعد على وقف النزيف. ( )

٣٠- وضعية الإفاقة تساعد الأشخاص المصابة بكسور بسيطة. ( )

٣١- قام الدكتور محمد أحمد غنيم بإجراء أول عملية زراعة كُلَى في مصر. ( )

٣٢- الإفراط في تناول المواد السكَّرية يؤدي إلى الإصابة بالسمنة. ( )

٣٣- لاتِّباع نمط حياة صحِّي يجب على البالغين والأطفال ممارسة الرياضة يوميًّا. ( )

٣٤- زيادة مساحة الأراضي الزراعية أمر مهم للاقتصاد المصري. ( )

٣٥- ملصق المُنتَج يتضمَّن معلومات خاصة بالمُنتَج. ( )

٣٦- لا توجد أي معايير تقوم بتنظيم تصنيع الأغذية المُصنَّعة. ( )

٣٧- الاختبار الأساسي للمنتجات يتم من خلال استخدام المستهلك لحواسه الخمس. ( )

٣٨- يمكن التحقُّق من تاريخ انتهاء صلاحية المُنتَج عن طريق قراءة ملصق المُنتَج. ( )

٣٩- يتغير قوام اللبن عند إضافة الفورمالين له. ( )

٤٠- الشراب الصناعي المعلَّب يحتوي على أجزاء من الفاكهة. ( )

ثانيًا: اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- الوجبة .... يجب أن تكون متوازنة بين البروتين النباتي والحيواني.

(أ) السريعة (ب) المغذية (جـ) غير الصحِّية (د) المخزَّنة

٢- تحتوي .... على دهون غير صحِّية.

(أ) المُنتَجات الحيوانية (ب) الخضراوات الورقية (جـ) الفاكهة الطازجة (د) الخضراوات المجففة

٣- الشخص الذي لا يأكل اللحوم ولكنه يشرب اللبن يُسمَّى بشخص ....

(أ) غير صحِّي (ب) نباتي صِرْف (جـ) يمارس الرياضة (د) نباتي متوازن

٤- البقول والحبوب والخضراوات يُطلق عليها بدائل ....

(أ) دهنية (ب) غير صحِّية (جـ) نباتية (د) اللحوم

٥ - الوجبات .... تحتوي على نسبة عالية من السكّر، والملح، والدهون.

(أ) السريعة (ب) المغذية (جـ) غير الصحّية (د) المخزَّنة

٦ - احتواء الوجبات السريعة على نسبة عالية من .... يَضُرُّ بالصحّة.

(أ) الفيتامينات (ب) السعرات الحرارية (جـ) الكالسيوم (د) البروتينات النباتية

٧ - الشراب الطبيعي المعلّب مذاقه كمذاق الفاكهة ولكنه لا يحتوي على ....

(أ) أجزاء الفاكهة (ب) مواد حافظة (جـ) سكّر (د) ماء

٨ - المشروبات .... مصنوعة من مادة ملونة صحّية.

(أ) الفاسدة (ب) المخزَّنة (جـ) الصناعية (د) الطبيعية

٩ - يتم تصنيع .... في المعامل باستخدام مواد كيميائية موجودة في الفاكهة.

(أ) النكهات الصناعية (ب) السعرات الحرارية (جـ) الألوان الطبيعية (د) الفاكهة الطبيعية

١٠- الشراب .... هو المعصور مباشرة من الفاكهة.

(أ) الطبيعي المُعلّب (ب) الصناعي (جـ) المغلي (د) الطبيعي الطازج

١١- يجب .... الفاكهة قبل البدء في تحضير الشراب الطبيعي.

(أ) غلي (ب) خلط (جـ) غسل (د) هرس

١٢- عند إعداد الشراب بالمنزل يمكن خلط الشراب بـ ....

(أ) الخل (ب) الماء (جـ) الزيت (د) الدهون

١٣- أثناء خلط السكّر عند صناعة الشراب الطبيعي لا بُد أن يكون الشراب ساخنًا حتى لا ....

(أ) يفصل (ب) يتبخر (جـ) يغلي (د) يتجمد

١٤- يتم غش .... عن طريق وضع إضافات مثل الفورمالين.

(أ) الخل (ب) الماء (جـ) الزيت (د) اللبن

١٥- يمكن غش اللبن عن طريق إضافة .... له.

(أ) المُحلّيات (ب) النكهات (جـ) الماء (د) الفاكهة

١٦- للتأكد من أن اللبن سليم يجب أن نتأكد من تاريخ ....

(أ) إنشاء المصنع (ب) انتهاء الصلاحية (جـ) حلب اللبن (د) تصدير المُنتَج

١٧- يكون المُنتَج الغذائي غير صحّي إذا كان السائل الموجود في العلبة له ....

(أ) رائحة زكية (ب) لون زاهي (جـ) رائحة حادة (د) طعم جميل

١٨- جهاز حماية .... يتم فيه تقديم الشكاوى الخاصة بسلامة المُنتَجات.

(أ) التاجر (ب) المصنع (جـ) المُنتَج (د) المستهلك

١٩- يُعتبَر .... أحد طُرق حفظ الطعام.

(أ) الشوي (ب) التعليب (جـ) الطهي (د) السلق

٢٠- أحد طُرق تجفيف الطعام في المنزل هي التجفيف باستخدام ....

(أ) البخار (ب) الماء (جـ) الخل (د) الفرن

٢١- عند القيام بأعمال الطلاء يجب الحرص على ....

(أ) غلق الأبواب (ب) غلق النوافذ (جـ) فتح النوافذ (د) زيادة الطلاء

٢٢- عند تغيير ريشة المثقب لا بد من التأكد من أنه غير موصَّل ....

(أ) بالغاز (ب) بالماء (جـ) بالكهرباء (د) بالحرارة

٢٣- يجب ارتداء .... لحماية الأعين عند نشر الأخشاب.

(أ) نظَّارات السلامة (ب) شراب (جـ) جلباب (د) ساعة

٢٤- يجب الاتصال برقم .... لاستدعاء سيارة الإسعاف.

(أ) ١٨٠ (ب) ١٢٢ (جـ) ١٢٩ (د) ١٢٣

٢٥- إذا كان الشخص فاقدًا للوعي ولكنه يتنفَّس فوضعية .... ستساعده على التنفس.

(أ) الاستقامة (ب) الإفاقة (جـ) نصف جلوس (د) الجانبية

٢٦- قام الدكتور .... بتأسيس أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكُلَى.

(أ) مجدي يعقوب (ب) فاروق الباز (جـ) محمد أحمد غنيم (د) طه حسين

٢٧- لاتِّباع نظام غذائي صحِّي يجب التقليل من تناوُل ....

(أ) الدهون (ب) الماء (جـ) الخضراوات (د) الفاكهة

٢٨- عدم تناول ما يكفي من العناصر الغذائية يؤدي إلى ....

(أ) سوء التغذية (ب) الصحة الجيدة (جـ) الحيوية (د) النشاط

٢٩- استيراد المواد الغذائية يزيد من استخدام ....

(أ) الآلات الزراعية (ب) مياه الري (جـ) السماد (د) الوقود الأحفوري

٣٠- حصلت .... على جائزة «أبطال الأرض الشباب».

(أ) جميلة بوحيرد (ب) إيمانويل مابولو (جـ) سميرة موسى (د) ماري كوري

اختبارات سلاح التلميذ

على المحور الثالث

الاختبار الأول

(١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- لا بد من غلق النوافذ والأبواب عند القيام بعملية الطلاء. ( )

٢- تُعدُّ عمليات التفتيش من القوانين التي غرضها تنظيم عملية تصنيع الأغذية. ( )

٣- تحتوي الخضراوات على البروتينات النباتية. ( )

٤- يتمُّ تجميد العصير لقتل الميكروبات. ( )

٥- عرض الطعام في مقصف المدرسة بشكل جذاب يزيد الرغبة في تناوله. ( )

٦- التجميد أحد طرق عرض الطعام في المصانع. ( )

٧- لا بد من تنظيف الجرح الذي ينزف قبل تضميده. ( )

(٢) اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- تُعتبَر النكهات الصناعية .... في ثمنها من العصير الطبيعي.

(أ) أغلى (ب) متساوية (جـ) أرخص (د) متشابهة

٢- شُرب الشاي بعد الأكل مباشرة يسبب الإصابة بـ ....

(أ) الصداع (ب) البرد (جـ) الاكتئاب (د) الأنيميا

٣- محمد أحمد غنيم كان متفوقًا في الدراسة وأحب دراسة ....

(أ) الطب (ب) الهندسة (جـ) الفلك (د) الأدب

٤- وجود الرواسب .... بعد اختبار اللبن تدل على جودة اللبن.

(أ) الجيرية (ب) الدهنية (جـ) الكيميائية (د) الكربونية

٥- الأشخاص .... هم الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني.

(أ) المثقفون (ب) النباتيون المتوازنون (جـ) الرياضيون (د) النباتيون الصِّرف

٦- لا بد من ترتيب الرفوف في المقصف المدرسي بشكل .... الانتباه.

(أ) يجذب (ب) يشتت (جـ) يضيع (د) يفرق

٧- يجب إضافة .... لإطالة فترة صلاحية العصير الصناعي.

(أ) الماء (ب) السكَّر (جـ) المواد الحافظة (د) الفورمالين

٨ - تحرص إيمانويل مابولو على استخدام المكوِّنات .... أثناء الطهي.

(أ) الطازجة (ب) المعلَّبة (جـ) الكيميائية (د) المخزَّنة

الاختبار الثاني

① ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- عند خلط السكَّر أثناء صناعة الشراب الطبيعي لا بد أن يكون السائل ساخنًا. ( )

٢- يجب الحرص على وضع اليد بعيدًا عن الحواف الحادة عند تقطيع الخشب. ( )

٣- اختيار الأغذية التي يتم تصنيعها أمر مُضرٌ بالصحَّة. ( )

٤- يَمرُّ العصير الصناعي بالعديد من المراحل ليتم تصنيعه. ( )

٥- استخدام حقيبة الإسعافات الأوَّليَّة ضروري لعلاج الجروح الطفيفة. ( )

٦- يُعتبَر الخس من البروتينات الحيوانية. ( )

٧- وضع الطعام في خزائن ذات واجهات زجاجية يحمي الطعام من التلوُّث. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- يُعدُّ .... أحد مصادر الحصول على اللبن.

(أ) الدجاج (ب) الجاموس (جـ) السمك (د) الأرنب

٢- الإفراط في شُرب .... يعرِّضك للإصابة بهشاشة العظام.

(أ) المشروبات الغازية (ب) العصائر الطبيعية (جـ) الماء (د) الشاي

٣- تنمو .... في الطعام عند حدوث خطأ أثناء حفظه.

(أ) الطيور (ب) القطط (جـ) البكتيريا (د) الأعشاب

٤- درس الدكتور محمد أحمد غنيم جراحة ....

(أ) الأعصاب (ب) العظام (جـ) القلب (د) المسالك البولية

٥- الميكروبات الموجودة في الزجاجات تتسبب في .... المشروبات وفسادها.

(أ) تجمُّد (ب) غليان (جـ) تخمُّر (د) تعبئة

٦- نجد البروتين النباتي في ....

(أ) المكسرات (ب) اللحوم (جـ) الأسماك (د) الماء

٧- الشراب .... لا يحتوي على عصير الفاكهة.

(أ) الطبيعي الطازج (ب) الطبيعي المعلَّب (جـ) الفاسد (د) الصناعي

٨ – يقوم العُمَّال في المصنع بارتداء .... لحماية المُنتَجات من التلوث.

(أ) الساعات الرقمية (ب) النظَّارات الشمسية (جـ) غطاء الرأس (د) الأحذية الرياضية

الاختبار الثالث

① ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تتضمَّن الملصقات إرشادات مثل كيفية تخزين المُنتَج قبل وبعد فتح العبوة. ( )

٢- درس الدكتور محمد أحمد غنيم جراحة العظام وتفوَّق فيها. ( )

٣- لا بد من التحقُّق من نوع إصابة الشخص قبل تقديم الإسعافات الأوَّليَّة له. ( )

٤- عند تغيير ريشة المثقب يجب الحرص على التأكد من أنها موصلة بالكهرباء. ( )

٥- يفضَّل أن يتم تجفيف الطعام في الأيام الممطرة. ( )

٦- يدخل اللبن في العديد من الصناعات مثل صناعة الجبن. ( )

٧- عند تصنيع الشراب الصناعي يتم خلط الأطعمة المختلفة للفواكه مع السكَّر. ( )

② اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- العصائر الصناعية لا تحتوي على ....

(أ) السكَّر (ب) الفاكهة الطبيعية (جـ) نكهات صناعية (د) ألوان صناعية

٢- عرض السلع بطريقة سليمة يحتاج إلى التفكير ....

(أ) الإبداعي (ب) العميق (جـ) الرياضي (د) الناقد

٣- يُعدُّ .... نوعًا من البروتين الحيواني.

(أ) الفول (ب) البندق (جـ) الجزر (د) اللبن

٤- تُعتبَر .... أفضل مصدر للبروتين النباتي.

(أ) اللحوم (ب) الأسماك (جـ) البقوليات (د) الدواجن

٥- يساعد .... على النموِّ ويحمي جهاز المناعة.

(أ) اللبن (ب) المواد الحافظة (جـ) النكهات الصناعية (د) الدهون المصنعة

٦- وضعية الإفاقة تساعد الشخص إذا كان .... ولكنه يتنفس.

(أ) مصابًا بالصداع (ب) مكسور اليد (جـ) فاقد الوعي (د) مجروح القدم

٧- عند تخليل الخضراوات لا يجب ترك البرطمانات خارج الثلاجة أكثر من ....

(أ) شهر (ب) ساعة (جـ) أسبوع (د) سنة

٨ - الأبخرة المتصاعدة من الطلاء تكون .... للصحَّة.

(أ) مضرة (ب) مفيدة (جـ) منعشة (د) صحِّية

الاختبار الرابع

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- قام الدكتور محمد أحمد غنيم بإجراء بحوث علمية على زراعة الخلايا الجذعية. ( )
٢- يجب استخدام الشاكوش بتأنٍ عند دق المسامير. ( )
٣- يُضافُ النَّشا للَّبن كمادة حافظة. ( )
٤- الشراب الطبيعي المعلَّب يحتوي على قطع من الفاكهة. ( )
٥- شُرب الشاي بعد الأكل يسبب الإصابة بالأنيميا. ( )
٦- كثرة استخدام المواد الدهنية يمكن أن يؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب. ( )
٧- ارتداء نظارة السلامة ليس ضروريًا عند الطلاء. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

١- معامل التصنيع غالبًا ما تضيف مواد .... لجعل الأطعمة تدوم لفترة أطول.
(أ) هرمونية (ب) صلبة (جـ) سكَّرية (د) حافظة

٢- يجب تدريب العُمَّال على كيفية استخدام .... بشكل صحيح لتجنُّب الحوادث.
(أ) الزجاجات (ب) الآلات (جـ) الكُتب (د) الثياب

٣- عند تخزين .... داخل المقصف المدرسي يجب حمايته من الجراثيم.
(أ) الطعام (ب) الملابس (جـ) الدواء (د) الكُتب

٤- الأشخاص النباتيون هم الذين يختارون بدائل نباتية عوضًا عن البروتينات ....
(أ) الهيكلية (ب) الحيوانية (جـ) الهرمونية (د) الحسِّية

٥- احتواء الوجبات السريعة على نسبة عالية من .... يضرُّ بالصحَّة.
(أ) درجة الحرارة (ب) الطاقة الحرارية (جـ) السعرات الحرارية (د) النسبة المئوية

٦- عند استخدام أدوات الصنفرة لا بد من التأكد من أنها .... بالكهرباء.
(أ) غير عازلة (ب) مُوصِّلة (جـ) ناقلة (د) غير مُوصِّلة

٧- الإفراط في تناول .... يزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم.
(أ) السمك (ب) الملح (جـ) العصير (د) الفاكهة

٨ - الإفراط في تناول .... يمكن أن يكون له آثار طويلة المدى.
(أ) المُنتَجات الحيوانية (ب) البقوليات
(جـ) الخضراوات الخضراء (د) الفاكهة

الاختبار الخامس

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- السبانخ نوع من البروتين النباتي. ( )
٢- يحتوي الغذاء الصحّي على نسبة عالية من الدهون والأملاح. ( )
٣- استخدام أوراق لتغليف الطعام أحد طرق تخزين السلع في المقصف المدرسي. ( )
٤- آخر خطوات تصنيع الشراب هي بيع الفاكهة في الأسواق. ( )
٥- للحفاظ على سلامة العُمَّال داخل المصانع يجب ارتداء غطاء الشعر والقفَّازات. ( )
٦- طعم ورائحة اللبن الجيدة يدلّان على أنه طازج وسليم. ( )
٧- التجميد والتعليب من طرق حفظ الطعام. ( )

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

١- جهاز حماية المستهلك يتم فيه تقديم .... الخاصة بسلامة المُنتَجات.
(أ) الطلبات (ب) الشكاوى (جـ) الرغبات (د) الأوراق

٢- عملية التجفيف تقوم بإزالة .... من الأطعمة.
(أ) الرطوبة (ب) البذور (جـ) القشور (د) الجذور

٣- يحتوي الشراب .... على نكهات صناعية ومواد حافظة.
(أ) الصناعي (ب) الطبيعي الطازج (جـ) الطبيعي المعلَّب (د) الطبيعي النقي

٤- درجات الحرارة المرتفعة عند تجفيف الطعام في الفرن قد تتسبب في .... الطعام.
(أ) غسل (ب) طهي (جـ) تبريد (د) تصفية

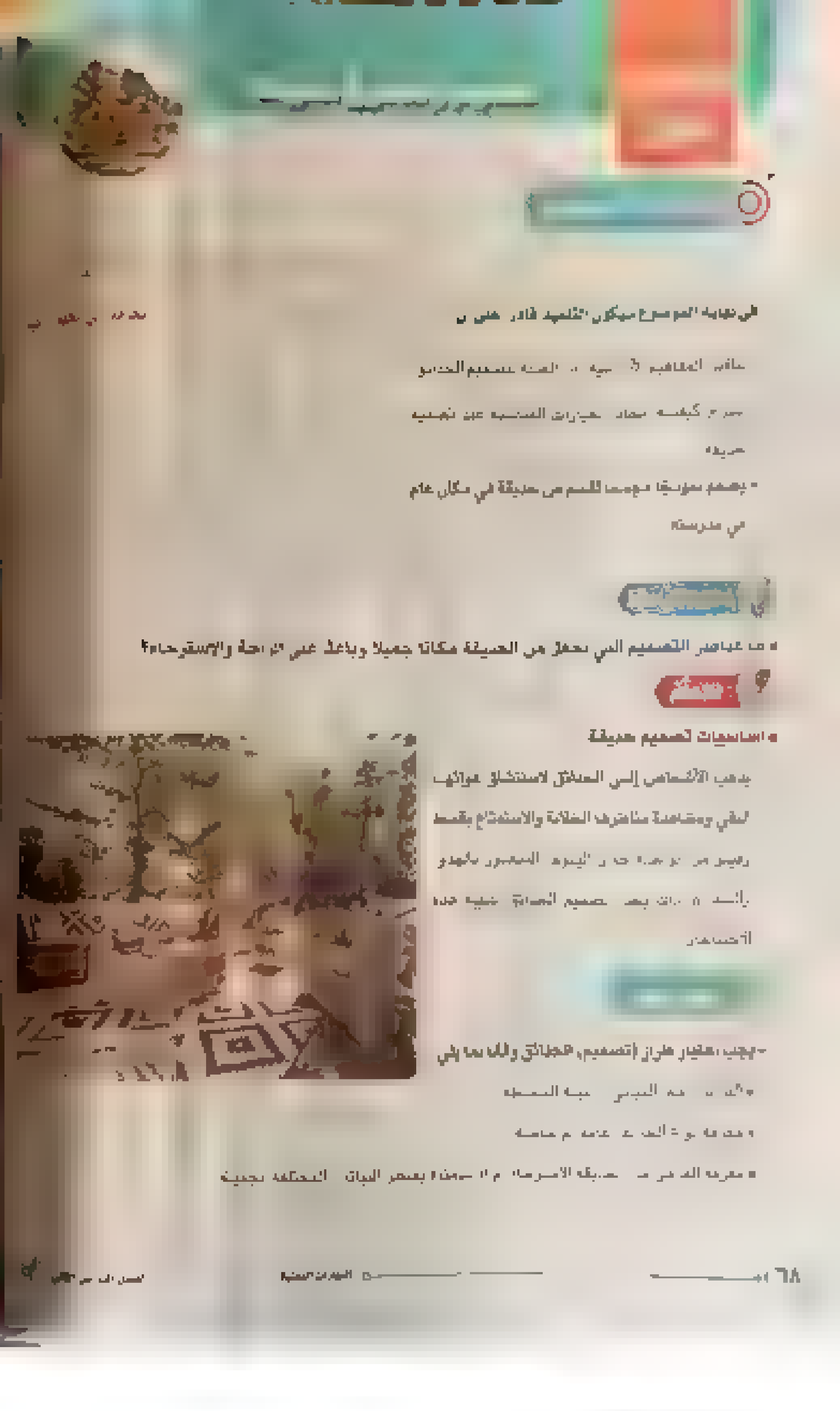
٥- يجب استخدام .... لحماية العين أثناء تطاير الخشب.
(أ) نظَّارات شمسية (ب) نظَّارات واقية (جـ) قفازات (د) معطف

٦- يجب القيام بما يلي لإسعاف شخص ينزف ما عدا ....
(أ) الضغط بقوة على جرح ينزف (ب) تنظيف الجرح
(جـ) تضميد الجرح (د) عدم الضغط على الجرح

٧- أسس الدكتور محمد أحمد غنيم أول مركز لعلاج أمراض .... في الشرق الأوسط.
(أ) القلب (ب) الكُلَى (جـ) الرئة (د) التنفس

٨- الإفراط في تناول الطعام يكون سببًا في ....
(أ) الرشاقة (ب) النحافة (جـ) تقليل الوزن (د) زيادة الوزن

الرؤية الفنية للعالم
عناصر التصميم الجيد للحديقة
مبادئ التصميم المستخدمة في الملابس التجارية وطرق عرض السلع
التصميم والعناصر التقنية خلف الإنتاج المسرحي الجيد.
فن التطريز وأهميته في توصيل الأفكار
الخطوات اللازمة لتصميم ألبوم لشرح خطوات عمل بعض غرز التطريز.



في نهاية الموضوع سيكون المتعلم قادرًا على أن:

- يناقش المفاهيم الأساسية [illegible] تصميم الحدائق
- يعرف كيفية [illegible] عن [illegible] حديقة
- يصمم مخططًا [illegible] للتصميم [illegible] حديقة في مكان عام أو مدرسة

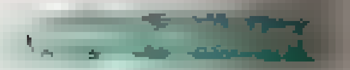
- ما عناصر التصميم التي تجعل من الحديقة مكانًا جميلًا وباعثًا على الراحة والاسترخاء؟

- أساسيات تصميم حديقة

يذهب الأشخاص إلى الحدائق لاستنشاق الهواء النقي ومشاهدة مناظر الطبيعة والاستمتاع بقسط [illegible] [illegible] المعمور [illegible] [illegible] تصميم الحدائق [illegible] الاستجمام.

- يجب اختيار طراز التصميم للحدائق وذلك بما يلي:
  - [illegible]
  - [illegible]
  - معرفة [illegible] الأشجار [illegible] النباتات المختلفة [illegible]

الموضوع الأول: تصميم وتنسيق حديقة



يتم اختيار العناصر المختلفة عند تصميم الحديقة بحيث تبعث على الاسترخاء والهدوء

- [illegible]
  - للتجول في الحديقة
  - [illegible] للجلوس عليها [illegible]
  - [illegible] تصدر أصواتًا تبعث على الاسترخاء والهدوء
  - [illegible] تبعد عن [illegible]

صورة توضح عناصر الحديقة

اختيار النباتات والشجيرات والأشجار

يتم انتقاء أنواع النباتات والشجيرات والأشجار في الحديقة من خلال

١- معرفة نوع التربة الموجود في الحديقة

٢- معرفة كمية أشعة الشمس والرياح التي ستصل إلى الحديقة وأوقاتها

٣- معرفة أنواع النباتات والأشجار التي تنمو بشكل أفضل في مناخ المنطقة التي توجد فيها الحديقة

• نباتات الحديقة

- يجب معرفة معلومات عن حجم النباتات قبل البدء في زراعتها أي معرفة طولها وعرضها؛ فلا يمكن زراعة شجرة قوية بالقرب من مبنى صغير أو نباتات صغيرة الحجم بالقرب من مبنى أو جدار طويل.

• ألوان النباتات

- يجب اختيار ألوان النباتات بحيث تضفي (١-٣) ألوان لكل قسم من أقسام الحديقة
- يوجد نوعان من ألوان النباتات هما:

• ألوان باردة: تبعث على الاسترخاء مثل اللونين الأزرق والأخضر

• ألوان دافئة: تبعث على الحيوية والنشاط مثل الأحمر والبرتقالي والأصفر

للمستقبل

• يجب زراعة الحديقة وتنسيقها باستخدام عملية الاستدامة؛ أي المحافظة على النباتات التي توجد بالحديقة

اختيار المكان المناسب لحماية النباتات المزروعة بالحديقة:

١- زراعتها في ممرات الحديقة

٢- زراعة النباتات الصغيرة بالقرب من مبنى كبير

٣- زراعة الأشجار القريبة بالقرب من مبنى صغير

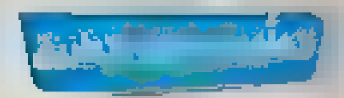
٤- زراعة النباتات بعيدًا عن المزراب

ترابط

١- ما الغرض من تصميم الحدائق العامة والخاصة؟

٢- ماذا يقصد بـ ... استخدام عنصر ثابت في الحديقة؟ وما الذي يمكن تطبيقه؟

٣- ما الذي يجب علينا مراعاته عند اختيار النباتات والأشجار والشجيرات لحديقة ما؟

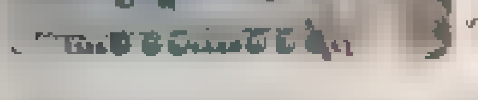


- الآن، بعد أن تعرفت كيفية تصميم الحدائق

- يمكنك المشاركة في مسابقة مدرسية لتصميم قسم صغير من حديقة في مكان عام أو في مدرستك مع مجموعة من زملائك.

- يمكنك عرض تصورك أمام لجنة تحكيم لإظهار مدى فهمك لمبادئ تصميم الحدائق

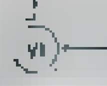
- ستساعدك الإجابة عن الأسئلة الآتية على تصميم الحديقة بشكل جيد



١- في رأيك، أين يمكن أن تكون هذه الحديقة؟ وما المباني والعناصر التي يجب أن تكون موجودة بالفعل؟

٢- من سيزور هذه الحديقة؟ ولماذا؟ فكر في الأشخاص الذين سيتولون أعمال الصيانة فيها.

٣- ما أفضل العناصر البنائية المناسبة لحديقة مدرستك التي تم تصميمها؟ فكر في الحجم والشكل المناسبين لكل عنصر. أين ستوضع هذه العناصر؟ وما الغرض الذي ستؤديه؟ اربط خياراتك بأسباب زيارة الناس للحديقة.



٤. ما أنواع النباتات والأشجار والشجيرات التي يجب زراعتها في هذا القسم من الحديقة؟ ما الذي عليك أخذه في الاعتبار قبل اختيار الأنواع التي سيتم زراعتها وأماكن زراعتها؟ كيف ستنسق النباتات للتأكد من عرضها بالشكل الأمثل وسهولة العناية بها؟ كيف يمكنك الحفاظ على حديقتك مستديمة الخضرة؟

١. ضع علامة ✓ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✗ أمام العبارة غير الصحيحة

١. دور المبنى الأرضي يبعث على الاسترخاء

٢. ليس من الضروري معرفة نوع التربة قبل زراعة نباتات الحديقة

٣. نشعر بالهدوء والسعادة عند الذهاب إلى الحدائق

٤. تعتبر النافورات والمقاعد من عناصر الحديقة الجميلة

٥. معرفة حجم المساحة في الحديقة قبل تصميمها أمر غير ضروري

٢. اختر الإجابة الصحيحة مما يلي

١. أحد عناصر الحديقة التي تصدر أصواتًا تبعث على الاسترخاء والهدوء

(أ) الممرات (ب) المزروعات (جـ) النافورة (د) المقاعد

٢. يجب معرفة كل ما يؤخذ في الاعتبار عند تصميم الحديقة ما عدا

(أ) الغرض من الحديقة (ب) الكائنات الحية بالحديقة

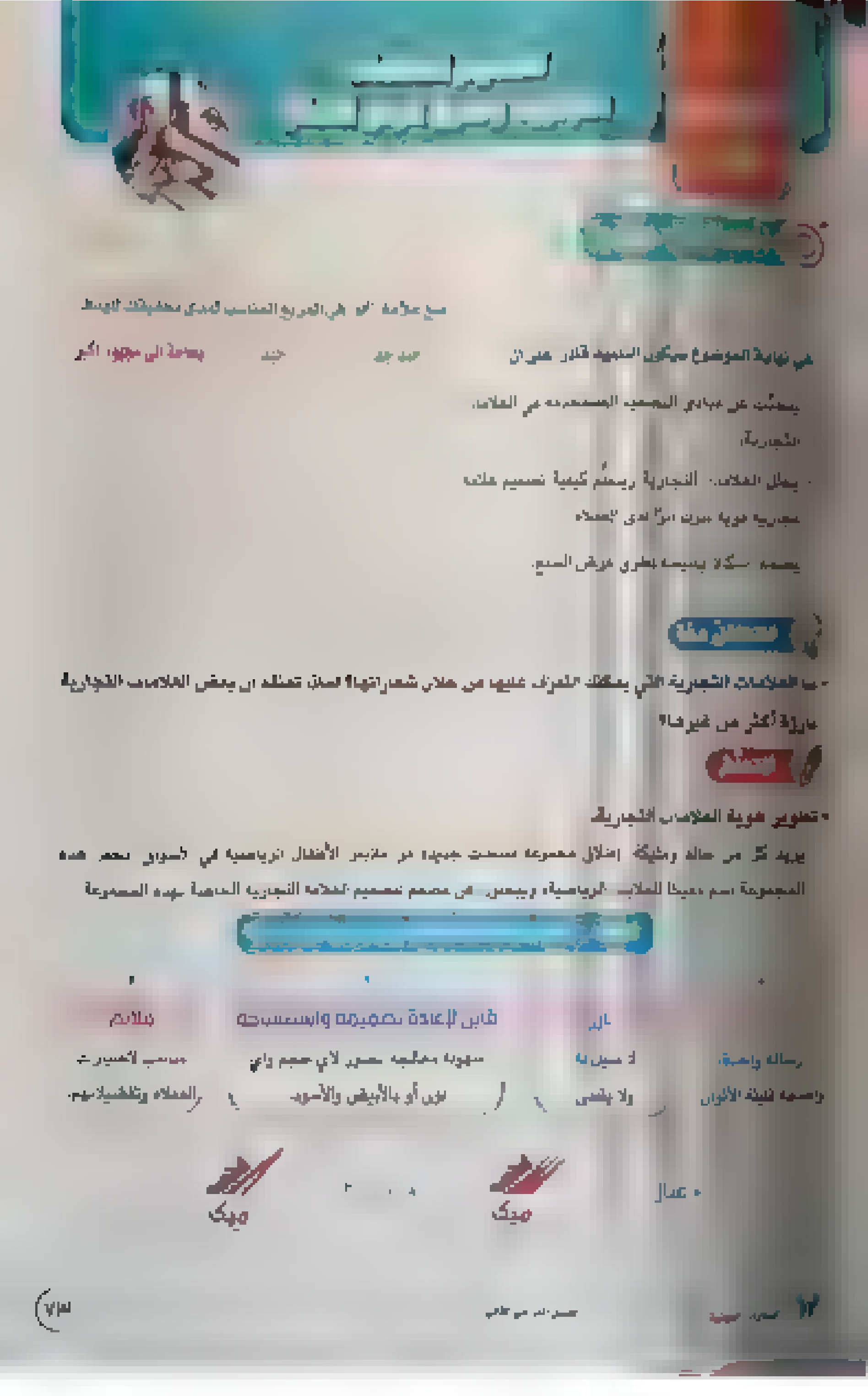
(جـ) تناسبها مع المبنى المحيط (د) نوع الحديقة

٣. عند زراعة النباتات في الحديقة يجب معرفة .... المنطقة

(أ) شكل (ب) مناخ (جـ) طول (د) لون

٤. اللون .... يعتبر من ألوان النباتات الزاهية التي تبعث على الحيوية والنشاط في الحديقة

(أ) أحمر (ب) البرتقالي (جـ) الأخضر (د) الأصفر



ضع علامة (✓) في المربع المناسب لمدى تحقيقك للهدف

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:	جيد جدًا	جيد	بحاجة إلى مجهود أكبر
يتحدث عن مبادئ التصميم المستخدمة في العلامة التجارية.			
يحلل العلامات التجارية ويتعلم كيفية تصميم علامة تجارية قوية تترك أثرًا لدى العملاء.			
يصمم شكلًا بسيطًا بطرق عرض السمع.			

نستعد معًا

- ما العلامات التجارية التي يمكنك التعرف عليها من خلال شعاراتها فقط؟ لماذا تعتقد أن بعض العلامات التجارية بارزة أكثر من غيرها؟

نكتشف

• تطوير هوية العلامات التجارية

يريد كل من خالد ومليكة إطلاق مجموعة ملابس جديدة من ملابس الأطفال الرياضية في السوق، تحمل هذه المجموعة اسم «ميكا» للملابس الرياضية، ويبحثون عن مصمم لتصميم العلامة التجارية الخاصة بهذه المجموعة

هوية العلامة التجارية

- يجب تصميم علامة تجارية قوية يتعرف عليها العملاء ويثقون فيها.
- يجب أن تساعد العلامة التجارية على الإجابة عن الأسئلة الآتية:

١- ما طبيعة الشركة؟

٢- ما الذي تقدمه الشركة ولا تقدمه الشركات الأخرى؟

٣- من هم العملاء المستهدفون؟

- مثال: هوية العلامة التجارية لسلاح التلميذ توضح الآتي عن الشركة:

١- شركة تعليمية.

٢- تُقدِّم محتوى تعليميًا مميزًا للطلاب والطالبات.

٣- تساعد الطلاب والطالبات على التفوق والنجاح.

هي الطريقة التي يرى بها العالم شركتك.

تساعد خطوات التصميم على تشكيل تصور العلامة التجارية

يساعد اللون والطباعة والأسلوب على تصور العلامة التجارية والعملاء المستهدفين.

- الألوان الحيوية ذات طابع غير رسمي

- الألوان الهادئة ذات الطابع الرسمي

- تحديد لون واحد أو لونين متكاملين أي المساحة في الألوان لإحداث توازن، وإيصال الرسالة المراد توصيلها.

[illegible]

- توفر طريقة عرض مختلفة للمنتج السلع في كيفية رؤية بعض العلامات التجارية وتحفيزهم على شرائها جيدًا.
- يساعد استخدام الإضاءة والألوان والعلامات [illegible] التي تصرف على [illegible] العملاء [illegible] السلع.
- يعد أسلوب الهرم المستخدم في عرض بعض المتاجر في ترويج السلع

[illegible]

هو الأسلوب المستخدم في ترويج السلع حيث يتم وضع العنصر الأكبر في المنتصف والعناصر الأصغر حوله لتشكيل شكل هرمي

أسلوب الهرم

[illegible]

- فكر في علامة تجارية تعرفها جيدًا ثم أجب عن الأسئلة

١- العناصر التي تم استخدامها في تصميم هذه العلامة التجارية؟

٢- ما الوسائل التي تتطلب تصميم هذه العلامة التجارية؟

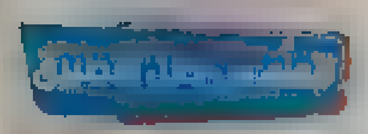
٣- في رأيك من الجمهور المستهدف بهذه العلامة التجارية؟

الواجب

١- لماذا تعتبر البساطة عنصرًا مهمًا في تصميم العلامة التجارية؟

٢- بم تشعر بعض الأنواع عند النظر إلى تصميمات العلامات التجارية؟ وهل تعتقد أن هذا الشعور هو ما [illegible] الذي يجعلك تشعر به؟

٣- ما الطرق التي تستخدمها المتاجر في عرض سلعها ومنتجاتها؟



• يوجد العديد من أساليب التصميم والتسويق البصري للترويج للعلامات التجارية وإن إيجاد الفصل ...

المبيعات يشجع العملاء على الشراء

• أشكال مختلفة ... عرض المنتجات

... توفر ميزة إبراز المنتجات تكون على مستوى رؤية العملاء لإبراز العناصر الأكثر أهمية في المنتجات

... تضفي حركة وتبرز المنتجات

... لافتة للنظر وتجذب العملاء مثل كشك عرض الفواكه

... تجذب انتباه العميل إلى علامة تجارية معينة على ...

... توجه الرسائل المتعلقة بهوية العلامة التجارية

• فكّر في أحد المتاجر التي زرتها والتي تبيع العديد من المنتجات المختلفة، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

١- كيف عرض هذا المتجر المنتجات لزيادة المبيعات؟

٢- المتجر بالأشكال السابقة وحدد أيًّا منها يتناسب مع المنتجات التي سوف تختارها وأيّ منها غير مناسب

٣- صنّف المنتجات الآتية واكتب طريقة العرض المناسبة

ملابس

حلوى

مكسرات

ملاحظة

أ- الفئة الأولى: المكسرات

يمكن عرض المكسرات في نقاط بيع مريحة

ب- الفئة الثانية:

٤- ما المنتجات التي ستعرضها في كل فئة؟ كيف ستختار المنتجات التي تتناسب معها بشكل أفضل؟ وما الأساليب المستخدمة؟

٥- أنشئ صورة أو رسمًا للسمات المعروضة التي عرضتها وشاركها مع زملائك في الصف، ووضّح الأساليب التي طبقتها.

١- ضع علامة ✔ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✘ أمام العبارة غير الصحيحة:

١- هوية العلامة التجارية تُعبّر عن الطريقة التي يرى بها العالم شركتك.

٢- لا يلزم أن تكون العلامة التجارية ...... تصمم.

٣- تساعد الإضاءة على جذب انتباه العملاء وتشجيعهم على الشراء.

٤- يفضّل استخدام العديد من الألوان عند تصميم العلامة التجارية لجذب العملاء.

٥- يجب أن تحمل العلامة التجارية رسالة واضحة يفهمها العملاء بمختلف فئاتهم.

٢- اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

١- يمثل التسويق البصري في جميع ما يلي ما عدا:

أ) الإضاءة ب) الألوان ج) العلامات د) الموسيقى

٢- من مبادئ التصميم الجيد للعلامة التجارية أن يكون:

أ) معقد ب) بسيط ج) غير واضح د) سهل النسخ

٣- يعدّ أسلوب الهرم هو الأكثر استخدامًا في ...... السلع.

أ) مربع ب) معلق ج) صناعة د) تحرير

٤- تقوم ...... بجذب انتباه العميل إلى علامة تجارية معيّنة عن أخرى.

أ) الإضاءة ب) اللافتات ج) كتلة اللون د) معروض الهدايا

٣- أكمل الفراغات الآتية حسب ما بين القوسين

(هرمي – العلامة التجارية – بسيطة – مربع – البصري – السمعي – الألوان):

١- يعتبر ...... من العوامل التي تحدد وتبرز الطابع الرسمي للعلامة التجارية.

٢- تُساعد طريقة عرض السلع على التسويق ...... وجذب العملاء.

٣- تستخدم أسطوانات عرض السلع بشكل ...... يوفر رؤية جيدة للعملاء ويشجعهم على ...

٤- يجب أن توضح ...... هوية العملاء المستقبلين من السلع.

٥- يجب أن تكون العلامة التجارية ...... لإيصال الرسالة المرغوبة دون تشتيت العميل.

تدريبات [illegible]

[illegible]

1- تستخدم المناظر كالاستمتاع بالهواء الطلق في الحديقة [illegible]

2- تبعث الألوان الداكنة للنباتات على الحيوية والنشاط

3- يصدر النافورة صوتًا يبعث على الاسترخاء في الحديقة

4- يجب تمييز النباتات [illegible] ورعايتها للتربة الموجودة في الحديقة

5- يجب أن تكون هوية العلامة التجارية قوية ليثق بها العملاء

6- التصميم المعقد للعلامة التجارية يرسل رسالة واضحة للعملاء عن المنتج

7- التسويق البصري يتمثل في الألوان والعلامات التي تلفت انتباه العملاء للمنتج.

8- استخدام الألوان المتعددة في العلامة التجارية للمنتج يساعد على إيصال الرسالة المرغوبة للمنتج

[illegible]

1- من أمثلة ألوان النباتات البرية [illegible]

(أ) الأحمر (ب) البرتقالي (ج) الأصفر (د) الأخضر

2- تتكون [illegible] صور الحديقة من مجموعة [illegible] ما عدا

(أ) [illegible] (ب) [illegible] (ج) المقاعد (د) [illegible]

3- يمكن استخدام التسويق [illegible] كالإعلانات لجذب انتباه المجتمع نحو المنتجات

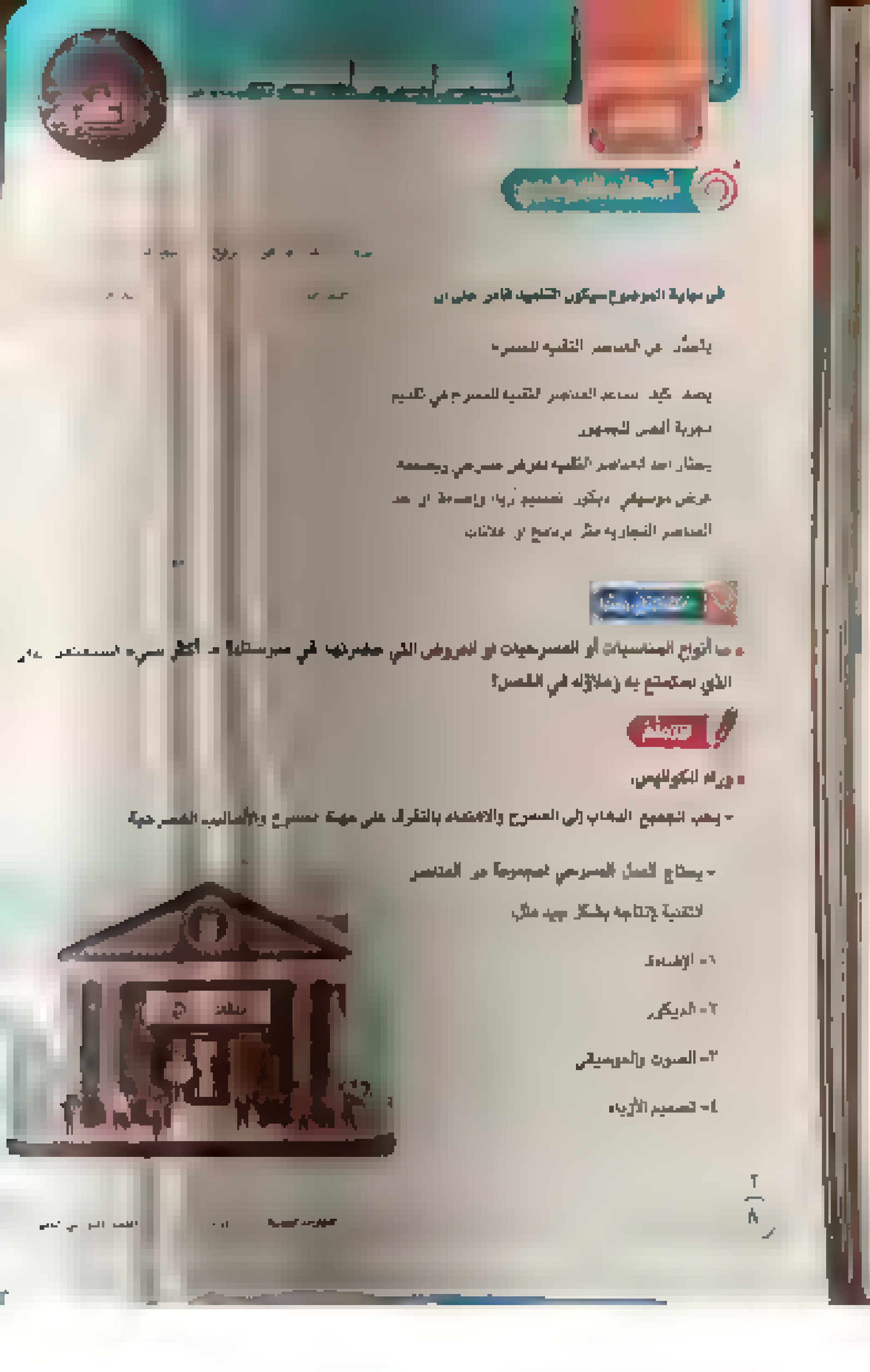
(أ) الشمي (ب) البصري (ج) السمعي (د) الكتابي

4- يجب أن يتوافر [illegible] في تصميم العلامة التجارية لتسويق المنتج بشكل جيد

(أ) الشكل المعقد (ب) الشكل البسيط (ج) الألوان المتعددة (د) الهوية الضعيفة

[illegible]

1- يعطي جودة وتميز المنتجات	(أ) تبعث على الحيوية والنشاط
2- يتم تصميمها [illegible] في الحديقة	(ب) هوية العلامة التجارية
3- الطريقة التي يرى بها العملاء شركتك	(ج) الإضاءة
4- اللونان الأزرق والأخضر	(د) النافورة
	(هـ) [illegible]



في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادر على أن

- يتعرّف على العناصر التقنية للمسرح
- يحدد كيف تساعد العناصر التقنية للمسرح في تقديم تجربة أفضل للجمهور
- يختار أحد العناصر التقنية لعرض مسرحي ويصممه (عرض موسيقي، ديكور، تصميم أزياء، إضاءة) أو أحد العناصر التجارية مثل برنامج أو ملصقات

• ما أنواع المناسبات أو المسرحيات أو العروض التي حضرتها في مدرستك؟ ما أكثر شيء استمتعت به ... الذي استمتع به زملاؤك في الفصل؟

• ورقة الكواليس:

- يجب تشجيع الشباب إلى المسرح والاهتمام بالتعرف على مهنة المسرح والأساليب المسرحية
- يحتاج العمل المسرحي مجموعة من العناصر التقنية لإنتاجه بشكل جيد مثل:

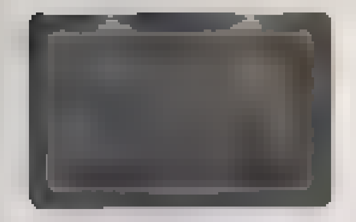
١- الإضاءة

٢- الديكور

٣- الصوت والموسيقى

٤- تصميم الأزياء

• مثال



الأثاث المستخدم

الصوت والموسيقى

تستخدم معظم العروض الكثير من المؤثرات الصوتية الموسيقى في إنتاجها

يتم اختيار المؤثرات والموسيقى بعناية لخدمة النص الفني

- أصوات مثل [illegible]

- [illegible]

[illegible] مثلاً على [illegible] موجودة في [illegible]

٢ - الموسيقى المستخدمة لإحداث [illegible]

[illegible]

يستخدم الممثلون بعض الأشياء التي [illegible] تأثير بصري كبير على المشاهدين مثل:

الملابس	الشعر المستعار
٢ - الإكسسوارات	مستحضرات التجميل

تساعد الأشياء [illegible] على [illegible] الشخصية و الإشارة إلى [illegible] يدور فيها النص المسرحي

[illegible]

- جميع ما يلي من عناصر المسرحية الناجحة ما عدا:

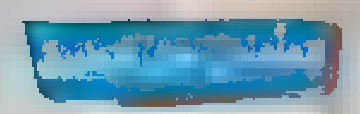
الديكور	ملابس مرتفعة
الجمهور	ملحقات [illegible]

[illegible]

١ - ما أهم عنصر في المسرح الحديث؟ ولماذا؟

٢ - ما [illegible] التي يجب أن تقدمها [illegible]؟

٣ - [illegible] في [illegible] لتقديم مسرحية [illegible]؟



• بعد تعرفك على العمل المسرحي والعناصر التي يجب أن تتوافر بعمله بشكل جيد قم بتنفيذ عمل مسرحي ويمكنك الاستعانة ببعض خطوات العمل المسرحي الآتي بعمل مسرحيتك

خطوات العمل المسرحي

خطوة (١) عنوان المسرحية: أليس في بلاد العجائب

خطوة (٢) عناصر المسرحية مثل تصميم الأزياء وذلك لأن له تأثير بصري كبير على المتفرجين ووصف الشخصيات بدقة

خطوة (٣) تحسين المنظر المسرحي مثل تصميم الإضاءة المناسب مع العمل المسرحي

مسرحيتك

خطوة (١)

خطوة (٢)

خطوة (٣)

اختبر نفسك على الموضوع الثالث

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة

١- الإضاءة اللونية على المسرح تعطي إحساس بالغموض

٢- يشمل الديكور الأثاث والإكسسوارات والمناظر المستخدمة في المسرح.

٣- يرتبط نوع معين من الشخصيات بعد التركيز على الديكور

٤- يعد [illegible] مصمم أزياء المسرح [illegible] نوع معين من الشخصيات

٥- يجب أن تتناسب عناصر المسرح مع أسلوب الإخراج وفكرته.

٦- تساعد الإضاءة المسرحية على توفير جو عام أثناء العمل

٧- من عناصر العمل المسرحي الديكور والموسيقى

٨- يعد تعبير الصوت في المسرحية بمثابة تعزيز للعمل الفني

٢ اختر الإجابة الصحيحة مما يلي

١- [illegible] تصميم الأزياء

(أ) الإضاءة (ب) الصوت (جـ) الموسيقى (د) [illegible]

٢- الإضاءة المنخفضة على المسرح تعطي شعورًا بـ

(أ) القوة (ب) الضعف (جـ) الغموض (د) [illegible]

٣- يُعتبر [...] من عناصر العرض المسرحي

(أ) الصوت (ب) الحركة (جـ) الظلام (د) الكتب

٤- يتضمن [...] تصميم مشهد كل شيء داخل مساحة المسرح وحولها

(أ) الصوت (ب) الديكور (جـ) تصميم الأزياء (د) الإضاءة

٥- ضوء الأزرق في المسرح له تأثير

(أ) [illegible] (ب) مزعج (جـ) نهاري (د) غير واضح

٦- يشمل [...] كل ما يستخدمه الممثلون على خشبة المسرح مثل الإكسسوارات و[illegible]

(أ) الصوت (ب) الإضاءة (جـ) تصميم الأزياء (د) الديكور

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:

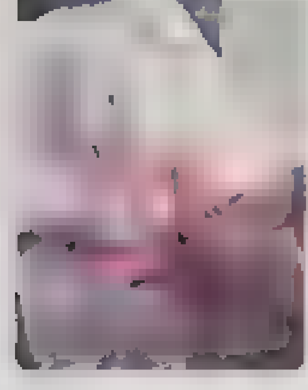
- يحدد المقصود بفن التطريز والهدف منه للتزيين وتوضيح الأفكار
- يحدد ويعدد كيفية صنع بعض الغرز المستخدمة في التطريز
- يعبر عن مفهوم ... باستخدام غرز التطريز البسيطة

- ما المقصود بفن التطريز؟ وما الهدف منه؟

- حرفة قديمة

الحرف القديمة هي حرف تقليدية معتمدة على اليد واستخدام الأدوات البسيطة مثل حرفة التطريز

يستخدم التطريز ... أدوات بسيطة مثل الإبرة والخيط وبعض المواد الأخرى مثل الخرز والترتر



- استخدامات التطريز

يستخدم ... لأغراض ...

- يستخدم لإيصال أفكار معينة من خلال التصميمات المختلفة على القماش
- يستخدم ... معظم التصميمات ... المصرية مستوحاة من حياتنا اليومية والبيئة ورموز ...

فن التطريز في مصر حرفة مهمة من ثقافتنا وتراثنا ويتم توريثه إلى الأجيال القادمة

• فن التطريز

يعرف فن التطريز بفن الرسم بالإبرة على القماش باستخدام الخيوط الملونة حيث يتم استخدام الغرز لرسم الرسوم المختلفة على القماش ويختلف أيضا الغرز بين أنواع الغرز المختلفة لرسم تصميم معين.

1. تعتبر من غرز الخياطة الرئيسية البسيطة
2. تكون على شكل خطوط متلاحقة متساوية أو غير متساوية

استخداماتها:

1. تستخدم في تركيب الملابس والمفارش.
2. تستخدم في خياطة طرف القماش ... وإصلاح الملابس.

1. تعتبر من الغرز الأكثر شيوعا
2. تكون على شكل خط رفيع

استخداماتها:

تستخدم لتحديد الأشكال المطرزة مثل الأزهار حيث إنها الغرزة المثالية لتحديد ... الأشياء من تطريزها

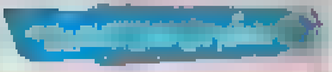
• ترغب جنى أن تزيّن الفستان الذي صممته عن طريق تطريزه بالأزهار. اختر الإجابة الصحيحة لمساعدتها في تطريزه؟

١- نوع الغرزة المناسبة للتطريز

٢- الأدوات التي ستحتاجها للقيام بالتطريز

هناك توجد أنواع مختلفة من غرز تستخدم في التطريز

٢- هل من [illegible] تصميم [illegible] التطريز [illegible]؟



بعد أن تعرّفنا على بعض غُرز التطريز الأساسية سنقوم بالبحث عن تصميمات ورسومات بسيطة للتطريز وسنقوم بصناعة ألبوم صور يشرح بوضوح كيفية إعداد تلك التصميمات من خلال الخطوات الآتية:

- اكتب قائمة بالغرز المستخدمة التي [illegible] وكذلك الخامات المستخدمة وإرشادات السلامة التي يجب اتباعها

• قائمة غرز: غرزة السراجة وغرزة الفرع

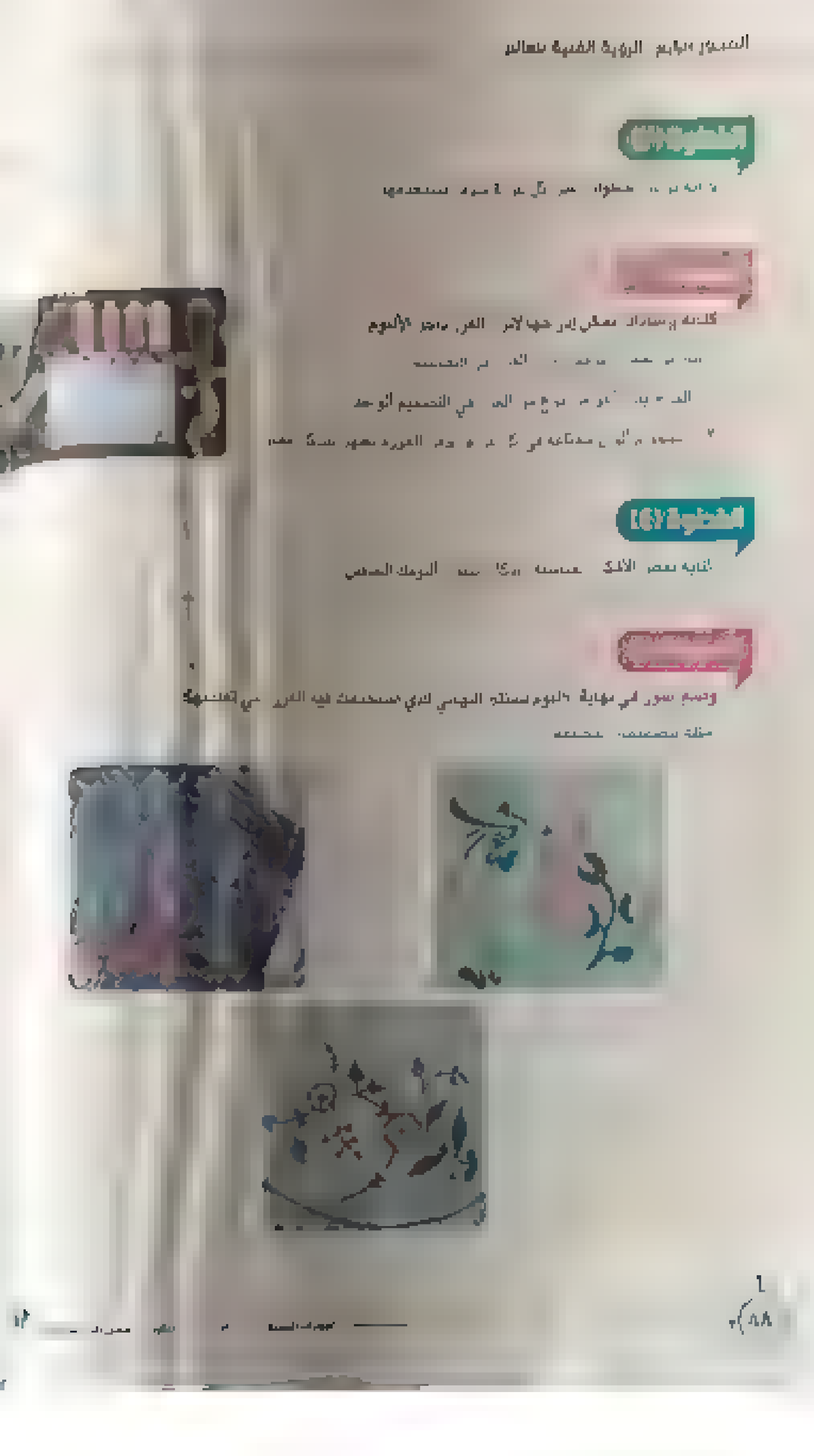
• الخامات المستخدمة: قطعة من القماش - ألوان مختلفة من الخيوط - إبرة - مقص

١- يجب أن تكون الإبر حادة ونظيفة

٢- عدم إلقاء الإبر أو المقص على الأرض لعدم التعرض لجروح بسببهما

٣- يجب الحذر أثناء استخدام المقص وعدم تركه مفتوحًا بعد الاستخدام.

٤- يجب عدم وضع الإبر بالفم



الخطوة (٤)

في التصميم الواحد

وضع صور في نهاية الألبوم للمنتج النهائي الذي استخدمت فيه

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة و (✗) أمام العبارة الخاطئة

1- لا توجد أنواع مختلفة من الغرز يمكن استخدامها في تطريز الملابس
2- يمكن استخدام غرزة السراجة لتزيين الملابس
3- لا يعتبر التطريز مهنة للحفاظ على التراث
4- نستطيع التعبير عن الأفكار المتعلقة باستخدام التطريز
5- غرزة الفرع تكون على شكل خطوط متلاصقة متساوية و غير متساوية
6- الغرزة المتتالية نوع من وحدة زخرفية يصعب تنفيذها في غرزة السراجة
7- يمكن استخدام غرزة السراجة لحياكة قطع القماش مع بعضها.
8- لا يمكن تطريز الملابس باستخدام الإبرة والخيط
9- يعتبر التطريز من الحرف التقليدية القديمة

* اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي

1- جميع ما يلي صحيح عن التطريز ماعدا

أ) حرفة قديمة   ب) يستخدم فيه أدوات بسيطة

ج) تكنولوجيا حديثة   د) فن ممتع

2- أي مما يلي يعبر عن غرزة السراجة

أ) يتم استخدام أدوات معقدة معها   ب) غرزة يصعب تنفيذها

ج) غرزة غير منتظمة ليست أساسية في التطريز   د) أستطيع استخدامها لإصلاح الملابس

3- يمكن تطريز الملابس باستخدام جميع ما يلي ما عدا

أ) الإبرة   ب) الأزرار   ج) الخيط   د) القلم

4- غرزة السراجة تكون على هيئة خطوط .... متساوية.

أ) متقطعة   ب) رأسية   ج) أفقية   د) منحنية

5- يمكن استخدام .... لتزيين الملابس.

أ) المقص   ب) الغرز   ج) المكعبات   د) الحديد

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة

١- يجب استخدام مجموعة من العناصر لإنتاج العمل المسرحي بشكل جيد.

٢- الهدف من الإضاءة داخل المسرح هو الإشارة إلى وقت معين من اليوم.

٣- يشمل الديكور تصميم مشهد كل شيء داخل مساحة التمثيل وحولها

٤- الأزياء التي يتم تصميمها للعمل المسرحي لها تأثير سمعي كبير

٥- التصميمات المُطرَّزة المصرية تُعدُّ جزءًا مهمًا من تراث

٦- تستخدم غرزة الفرع لإصلاح الملابس

٧- غرزة السراجة تكون على شكل خطوط متقطعة متساوية فقط

٨- الغرزة المثالية لملء فراغ وحدة زخرفية تقريبًا تسمى هي غرزة الفرع.

٩- لا يمكن تطريز الملابس باستخدام النول

٢ اختر الإجابة الصحيحة مما يلي.

١- التصميمات المُطرَّزة المصرية القديمة مستوحاة من كل ما يلي ما عدا

أ) الطبيعة ب) التكنولوجيا ج) الحياة اليومية د) القيم

٢- جميع ما يلي من عناصر الديكور ما عدا

أ) المناظر ب) الإكسسوارات

ج) الخشبة المرتفعة د) الشعر المستعار

٣- الإضاءة المستخدمة بالمسرح تشعرك بـ

أ) المرح ب) القسوة ج) الظلام د) تغيير المزاج

٤- تُستخدم غرزة السراجة في جميع ما يلي ما عدا

أ) تزيين الملابس ب) تزيين المفروشات

ج) خياطة القماش مع بعضه د) تطريز الأزهار

٥- تم الاعتماد على استخدام أدوات بسيطة لتزيين الملابس قديمًا مثل

أ) ماكينة الطباعة ب) الإبرة ج) المسطرة د) التكنولوجيا

الأديب نجيب محفوظ

من هو؟

مؤلف وروائي وأديب عالمي يعد من أهم الأدباء العرب خلال القرن العشرين.

كان منذ طفولته شغوفًا بالقراءة، ومن أهم هواياته ... حضور ... وأن القراءة ضرورة حياتية.

كان شغوفًا بقراءة أعمال الكتّاب المصريين والأجانب مثل: عباس العقاد، ووليام شكسبير، وجورج ...

بدأ بممارسة الكتابة في المرحلة الثانوية وهو في عمر السابعة عشر.

نشأته وحياته

ولد الأديب المصري نجيب محفوظ في حي الجمالية في مدينة القاهرة في ١١ ديسمبر ١٩١١م، تخرج في كلية الآداب قسم الفلسفة جامعة فؤاد الأول (جامعة القاهرة حاليًا)، وتوفي في ٣٠ أغسطس ٢٠٠٦م.

مؤلفاته

اهتم في رواياته بتصوير أفكار ومشاعر المصريين وتجسيد روح المجتمع المصري مستمدًا الإلهام من حياته وبيئته المحيطة به.

- شهد له نقاد العالم العربي عند نشر أعماله فكان من الأدباء البارزين في هذا الوقت.

قام بكتابة العديد من القصص القصيرة والروايات، حيث قام بكتابة مئة قصة قصيرة وخمسين رواية.

تعد رواية (عبث الأقدار) من أولى رواياته والتي تدور أحداثها في مصر القديمة، كما عُدّ ... من ... روايته بها.

الأعمال السينمائية المقتبسة عنه

نالت أعماله نجاحًا كبيرًا في مجال إنتاج الأفلام، لبراعته في تصوير الحياة الواقعية للمجتمع.

تم استخدام أكثر من ثلاثين قصة قصيرة من أعماله لتصبح أفلامًا.

الجوائز التي حصل عليها

جائزة الدولة التقديرية في الآداب عام ١٩٦٨م.

جائزة نوبل في الآداب عام ١٩٨٨م، وبذلك أصبح أول كاتب عربي يحصل على جائزة نوبل للآداب، حيث تم وصف أعماله بأنها من ... روائي عربي ينطبق على جميع البشر.

جائزة قلادة النيل العظمى عام ١٩٨٨م.

منح الدكتوراه الفخرية من الجامعة الأمريكية في القاهرة عام ١٩٩٥م.

تم تأسيس جائزة باسمه لتكريم الأعمال الأدبية العربية المتميزة في عام ١٩٩٦م.

أهداف الموضوع

في نهاية الموضوع سيكون التلميذ قادرًا على أن:

- يشرح أهمية العلامة التجارية للمؤسسة
- يوضح كيف يمكن لاستيعاب الأخلاق المهنية والتراث الإنساني المحلي أن يساعد المؤسسات على النجاح.
- يبتكر علامة تجارية من خلال إدارة تدوير للكمامة.

تحدث عنه

- هل تستطيع بابتكار وصناعة القمصان والغزل اليدوية؟ ما الفنون والحرف اليدوية التي ترغب في تعلمها؟ كيف يمكن أن يساعد الفن على حماية الحيوانات البرية؟

تعلم

- الدكتور ... هو عالم أحياء حاصل على جوائز في مجال علم الحفظ الحيوي، وهو ... مجال حفظ الأحياء ...
حصل على درجة الدكتوراه في مجال الثروات السمكية والحياة البرية من جامعة ولاية ميتشيجان في ... الأمريكية

• أعماله.

يقوم حاليًا بتدريس ... وبرامج الحفاظ على البيئة البرية ... في أوغندا ... على حماية ... التي يحبونه.

- يعدُّ خبيرًا في أنواع الحيوانات المهددة بالانقراض مثل الأسد الإفريقي
تركز أعماله على تحديد التهديدات الرئيسية للأسد الإفريقي في أكبر متنزه وطني في أوغندا حيث ... عدد من الأسود والضباع في البلاد.
- قام بنشر أعمال ... في ... الحياة البرية ... لتفادي التهديدات التي ... الأسد ...

إن التهديد الرئيسي الذي تواجهه الحيوانات البرية هو الصيد والتجارة [illegible] غير القانونية التي يمكنها تهديدها [illegible] قام الدكتور [illegible] بتأسيس منظمة «Snares to Wares».

هذه المنظمة غير الهادفة للربح ساعدت حراس الحديقة الوطنية على إزالة [illegible] والفخاخ السلكية من الحديقة.

استخدمت المنظمة الفخاخ السلكية غير القانونية لابتكار منحوتات ومجسمات للحيوانات البرية [illegible] على شكل حيوان، مثل [illegible]

تستخدم المنظمة علامتها التجارية بشكل فعال لإيصال رسالتها البيئية حيث يمثل [illegible] تصبح هذه [illegible] منتجات يتم بيعها.

يقوم [illegible] المنظمة [illegible] وزيادة [illegible] الناس عبر تلك الأعمال.

تقوم مصر أيضاً بتسجيل [illegible] بالطبيعة [illegible]

يقوم المصريون [illegible] في الغابات عن طريق تحويلها إلى سجاد وأكياس و[illegible]

استخدم الفنانون المصريون [illegible] في الفترة الأخيرة لصنع منحوتات وتماثيل جميلة [illegible] للمملكة [illegible] واقتبست هذه الفترة [illegible] المصريين القدماء.

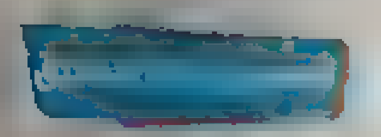
يعدُّ الفنانون المصريون والمبتكرون من [illegible] كوكب الأرض من أجل خدمة الأجيال القادمة

• تساعد العلامة التجارية على نجاح منظمة [illegible] من خلال:

إيصال رسالتها البيئية.	الحفاظ على البيئة
الحفاظ على [illegible]	جذب الزبائن

١- [illegible] الطرق التي يمكن أن تستخدمها منظمة [illegible] «Snares to Wares»؟ وما الطرق الأخرى التي يمكنهم تصميمها ويمكنها أن تمثل علامتهم التجارية؟

٢- حدد أحد المنتجات التي تستخدمها، كيف تساعد علامته التجارية على بيعه؟



• تُعتبر المبادئ الأخلاقية التي تتبعها منظمة الدكتور [illegible] هي أحد أسباب نجاحها، وذلك بسبب تبني [illegible] النقاط وهي:

- الأخذ في الاعتبار [illegible] الإنساني للمجتمع المحلي المحيط بالمنطقة
- تقليل [illegible] والصراعات بين البشر والحياة البرية

على الرغم من وجود القوانين واللوائح التي تمنع الصيد غير القانوني فإنه يوجد العديد من الدول الأفريقية [illegible] فيها صيد الحيوانات البرية بشكل غير قانوني

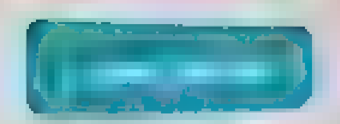
• الدكتور [illegible] وجد طريقة سلمية لإقناع المجتمع بمنع القوانين واللوائح من خلال [illegible] المشروع وتحقيق المكسب المادي منه [illegible] أفراد المجتمع في ربط بقاء الحياة البرية [illegible] الحياة

- بعد قراءتك للمعلومات السابقة، أجب عن الآتي:

١- هل يعدّ اعتماد العمل على الأخلاق الحميدة والقرب الإنساني أمر مهم؟

٢- ما مدى أهمية أن يتعاون أفراد المجتمع جميعًا لتحقيق هدف ما؟

٣- تقدم منظمة (Snores to Wares) طرقًا مختلفة للمساعدة على جمع المال والتبرع [illegible]
[illegible] وتسويقه [illegible] ما المهام التي يمكنك أن تؤديها داخل هذه المنظمة؟ ولماذا؟



- بعد دراستنا بكيفية استخدام المواد مرة أخرى في شيء مفيد بدلا من إلقائه بالقمامة عن طريق إعادة تدويره لتوفير الأموال يمكن إعادة تدوير الأكياس البلاستيكية والملابس وبكرات مناديل ورق المرحاض والصحف لابتكار شيء جديد

- إعادة تدوير الملابس

المواد المستخدمة: خيط - إبرة - ماكينة خياطة - مقص - الملابس التي سيتم الاستفادة منها

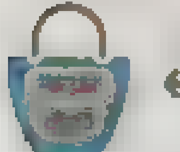
مشاركة العمل: يمكن الاستعانة بوالدتك أو زملائك

- كيف تسوق لعملك الفني: يمكن عمل ذلك عن طريق وسائل التواصل الاجتماعي و المنشورات

مكان البيع: سوق تجاري.

- الربح: يمكن الاستفادة منه بتلبية الاحتياجات الشخصية أو التفكير في عمل مشروع آخر جديد

ملابس قديمة ← قصها ← خياطتها ← منتج جديد



- قم بعمل مشروع آخر عن طريق إعادة تدوير للقمامة مسترشدًا بالمثال السابق

المواد المستخدمة

- مشاركة العمل

كيف تسوق لعملك الفني

الربح

١ ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة

١- يركز بحث الدكتور مودوب على تحديد التهديدات الرئيسية للأسد الإفريقي للانقراض.

٢- يمكن الاستفادة من المصائد السلكية في عمل منحوتات ومجسمات للحيوانات البرية

٣- قامت مصر بإلقاء الخردة في القمامة بدلا من الاستفادة منها

٤- يعدُّ الدكتور مودوب والفنانون المصريون من المناضلين بكوكب الأرض من أجل خدمة الأجيال القادمة

٥- تستخدم منظمة الدكتور مودوب منحوتها التجارية بشكل فعال لإيصال رسالتها البيئية

٦- منظمة (Snares to Wares) تعتبر منظمة هادفة للربح.

٧- نشر الدكتور مودوب آلاف وثقافة من النباتات في بلاده

٨- أثَّر المصريون القدماء في إبداع الفنانين إعادة تدوير القمامة

٩- لا يمكن تدوير الشيء الضار إلى شيء نافع.

٢ اختر الإجابة الصحيحة مما يلي

١- قام الدكتور مودوب بحماية .... من الانقراض

(أ) الأسد الإفريقي (ب) النباتات الصحراوية (جـ) الأرانب البرية (د) البطاريق المائية

٢- قام المصريون بالاستفادة من الخردة في عمل

(أ) تماثيل (ب) ملابس (جـ) [illegible] (د) أقلام

٣- قام الدكتور مودوب بإزالة المصائد .... لحماية الحيوانات البرية بمساعدة حراس الحديقة

(أ) البلاستيكية (ب) الخشبية (جـ) السلكية (د) الورقية

٤- شعار منظمة مودوب عبارة عن .... يحيط به سلك

(أ) أرنب (ب) ثعلب (جـ) أسد (د) فيل

٥- استخدمت مصر .... في صنع المنحوتات والتماثيل الجميلة مثل تمثال [illegible]

(أ) الورق (ب) الخردة (جـ) البلاستيك (د) الصلصال

اقرأ وأجب:

١- اذكر بعض الأسباب التي تدفع الناس إلى إنشاء المسارح

٢- لماذا تعتبر العلامة التجارية مهمة عندما تحاول شركة بيع منتج ما؟

٣- اذكر أحد عناصر التقنية للمسرح، ولماذا من المهم تقديم عرض ممتع؟

٤- ما هي ... ؟ وما الهدف منه؟

٥- ما الأسباب التي تجعل الناس يعملون اليوم ... لأعمالهم؟

٢- تأمل

فكر في منتج أو أداء وجدته مثيرًا للاهتمام أو مؤثرًا. ما الذي جعلك ترغب في شرائه أو مشاهدته؟ ... إعلانات أو ... سمعت أو عرفت عنه؟ ناقش كيف ... من طرق عرض البيع والتصميم ...

٣- ...

ما نوع ... التي ... إلى مدرستك؟ ما الفوائد التي ... الحديثة إليك ... في ...؟

... من المهم ... الشركات ... علاماتها التجارية ... ؟ ... جيدًا.

٤- ابحث واكتب

ما نوع العلامة التجارية ... ؟ ... التي ...
... المسرح ...؟

أي جانب من جوانب العرض المسرحي ... في الكتابة أو الأداء أو الديكور أو تصميم ... أو الموسيقى أو الصوت والإضاءة، أو تصميم البرامج، أو الإعلان والترويج؟ ولماذا؟

... أو ... لترويج أو عرض ...

٥- لماذا يعتبر التصميم مهمًا؟

على المحور الرابع

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة الخاطئة

١- يجب اختيار عناصر تنسيق الحديقة تبعث على الاسترخاء والهدوء
٢- يتم اختيار نباتات الحديقة على حسب نوع التربة الموجودة في الحديقة
٣- تتسبب الصوت الصادر عن النافورة في التلوث الضوضائي
٤- يمكن الاسترخاء في الحديقة بالجلوس في البرجولا
٥- يتم اختيار طراز الحديقة من خلال معرفة نوع الحديقة عامة أم خاصة
٦- تُستخدم ممرات الحديقة لزراعة نباتات الحديقة بها
٧- يمكن زراعة شجرة طويلة في الحديقة بالقرب من مبنى صغير
٨- يعتبر اللون [illegible] من ألوان النباتات [illegible]
٩- يجب معرفة كمية الشمس التي تتعرض لها الحديقة لمعرفة النباتات التي يتم زراعتها في الحديقة
من عناصر الحديقة النباتات والنافورة فقط
يجب تصميم العلامة التجارية بشكل دائم لنجاح الإعلان عن الشركة
٢- يمكن استخدام التسويق العاطفي من خلال الإشارة إلى انتماء العميل لشراء المنتج
٣- يستخدم أسلوب الهدايا في ترويج السلع لتحفيز العملاء على شرائها
٤- يجب استخدام ألوان متعددة عند تصميم العلامة التجارية لإيصال الرسالة المرغوبة من الإعلان
٥- لا يمكن أن تؤثر طريقة عرض المنتجات في كيفية رؤية العملاء للعلامة التجارية
١٦- يساعد أسلوب وطباعة العلامة التجارية على تصوّرها لضمان نجاح الإعلان عن المُنتج
١٧- هوية العلامة التجارية تفسر الطريقة التي يتحدث بها العالم عن شركة
١٨- المعروضات الأسطوانية للمُنتج تبرز العناصر المهمة المعروضة في المنتصف
١٩- يمكن تحسين عرض المنتجات عن طريق معرفة نقاط البيع الترويجية فقط
٢٠- يجب اختيار علامة تجارية لا يمكن مقاطعتها أو استنساخها
٢١- الضوء الأزرق يولّد تأثيرًا هادئًا أو ليليًا على المسرح.
٢٢- يشمل الديكور تصميم مشهد كل شيء داخل مساحة التمثيل فقط
٢٣- يساعد صوت زقزقة العصافير في المسرح على الشعور بأنك داخل حديقة بالفعل
٢٤- يمكن معرفة نوع الشخصية على المسرح من الأزياء التي يرتديها الممثل
٢٥- يضم ديكور المسرح المنصات المنخفضة والإكسسوارات

٢٦- تعطي الإضاءة المخصصة على المسرح شعورًا بالغموض في المسرحية. ( )

٢٧- الزي الذي يرتديه الممثلون أثناء العرض في المسرح هو تعبير بصري عن الشخصيات.

٢٨- تؤثر الأصوات داخل المسرح في نجاح العمل المسرحي. ( )

٢٩- تساعد الإضاءة داخل المسرح على توفير جوٍّ متوازن عند عرضها. ( )

٣٠- يعتبر ما وراء الكواليس من العناصر الأساسية لضمان نجاح العمل المسرحي.

٣١- حرفة الخياطة هي حرفة تقليدية تعتمد على المهارة اليدوية والإبرة والخيط فقط.

٣٢- التصميمات المصرية القديمة استوحت من الطبيعة والحياة اليومية.

٣٣- لا يمكننا التمييز بين أنواع الغرز المختلفة عند تركيب الأقمشة.

٣٤- يمكن استخدام غرزة السراجة في إصلاح الملابس.

٣٥- غُرزة الفرع تكون على شكل خطوط متقطعة متساوية أو غير متساوية.

٣٦- تركيب المنسوجات يمكن استخدامه كأغراض زخرفية.

٣٧- لا يمكن استخدام الغرز لتزيين المفارش.

٣٨- من أنواع الغرز غرزة السراجة وغرزة الفرع.

٣٩- يمكن استخدام غرزة الفرع لعمل وحدة زخرفية لتحديد الحروف مثل الأرجل.

٤٠- يجب الحذر عند استخدام المقص أثناء التطريز.

اختر الإجابة الصحيحة

١- جميع ما يلي يعتبر من عناصر الحديقة ما عدا ....

(أ) الأشجار (ب) البرجولات (جـ) الممرات (د) الأرجوحة

٢- تساعد الحدائق أفراد المجتمع على جميع ما يلي عدا ....

(أ) الاسترخاء (ب) الشعور بالهدوء (جـ) استنشاق هواء نقي (د) الشعور بالضوضاء

٣- تصدر .... في الحديقة أصواتًا تبعث على الاسترخاء والهدوء.

(أ) البرجولات (ب) المقاعد (جـ) النافورة (د) الممرات

٤- من عناصر الحديقة .... التي يمكن من خلالها التجول في الحديقة.

(أ) الممرات (ب) البرجولات (جـ) المقاعد (د) النباتات

٥- جميع ما يلي من أمثلة الألوان الدافئة التي تبعث البهجة في الحديقة ما عدا اللون ....

(أ) الأحمر (ب) الأزرق (جـ) البرتقالي (د) الأصفر

يجب معرفة ...... عند زراعة نباتات الحديقة

أ) [illegible] ب) نوع التربة جـ) شكل الممرات د) [illegible]

٦- يجب معرفة جميع ما يلي عند اعتبار تصميم الحديقة ما عدا

أ) نوع الحديقة ب) الغرض منها

جـ) المباني المحيطة بها د) شكل الممرات

٨- هوية ...... تعتبر الطريقة التي يرى بها العالم أي شركة

أ) السعر ب) العلامة التجارية جـ) الأفراد العاملين د) العملاء

٩- يجب توافر جميع ما يلي في تصميم العلامة التجارية بشكل جيد ما عدا أنها

أ) تكون بسيطة ب) تكون بارزة

جـ) [illegible] قابلة لإعادة تصميمها د) ملائمة لاختيارات العملاء

١٠- يمكن لفت انتباه المشاهد عن طريق الإضاءة على المسرح ويعتبر ذلك تسويقًا

أ) بصريًا ب) سمعيًا جـ) كتابيًا د) شفهيًا

١١- يمكن ترويج المنتجات باستخدام أسلوب ...... يوضح العنصر الأكثر في المنتج

أ) الهرم ب) الكتابة جـ) [illegible] د) [illegible]

١٢- يمكن استخدام جميع الأفكار الآتية لتحسين عرض المنتج ما عدا

أ) المعروضات الترويجية ب) [illegible]

جـ) نقاط بيع ترويجية د) [illegible] المعروضات

١٣- يجب أن تكون العلامة التجارية ...... حتى لا تنسى

أ) غامضة ب) بارزة جـ) مظلمة د) معقدة

١٤- يعتبر ...... من العناصر الفنية التي تشترك في إدارة العمل المسرحي بشكل عام

أ) الديكور ب) الشخصيات جـ) [illegible] د) المخرج

١٥- للضوء الأزرق في المسرح تأثير ...... على عرض المسرحية

أ) هادئ ب) مزعج جـ) غامض د) غير واضح

١٦- يشمل ...... ما يستخدمه الممثلون على خشبة المسرح مثل مستحضرات التجميل

أ) الصوت ب) الإضاءة جـ) تصميم الأزياء د) ديكور

١٧- يشمل ...... تصميم مشهد كل شيء داخل منصة التمثيل وخارجها

أ) الإضاءة ب) الديكور جـ) الصوت د) الموسيقى

تصميم الأزياء له تأثير [illegible] في المشاهدين لنجاح العمل المسرحي

[illegible] ب) صوتي ج) بصري د) [illegible]

يشمل ديكور المسرح جميع ما يلي عدا [illegible]

الأثاث المستخدم ب) الإكسسوارات ج) المناظر د) المشاهد [illegible]

تساعد [illegible] بالعمل المسرحية على وصف نوع الشخصية

الأزياء ب) الإضاءة ج) الصوت د) الموسيقى

٣١ - تصميم الأزياء [illegible] العمل المسرحية يشمل جميع ما يلي عدا

أ) [illegible] ب) الإكسسوارات

ج) [illegible] د) الصوت

٣٢ - [illegible] ما يلي [illegible]

الإبر ب) [illegible] ج) الخيط د) [illegible]

٣٣ - تكون [illegible] على هيئة خطوط [illegible] متساوية أو غير متساوية

[illegible] ب) [illegible] ج) أفقية د) [illegible]

٣٤ - [illegible] تدريز [illegible]

[illegible] ب) [illegible] ج) المكعبات د) [illegible]

[illegible] رابع وتستخدم لتزيين الملابس

أ) خط ب) [illegible] ج) مربع د) مستطيل

٣٥ - [illegible] هي غرزة [illegible] لتزيين الملابس

ماكينة [illegible] ب) [illegible] ج) ماكينة [illegible] د) ماكينة التصوير

٣٦ - [illegible] في جميع ما يلي عدا

[illegible] ب) [illegible] ج) [illegible] د) [illegible]

٣٨ - [illegible] لعمل [illegible] لتزيين الملابس

الإبر ب) القلم ج) الكتاب د) المسطرة

٣٩ - [illegible] المصرية تساعد على [illegible] التراث المصري وتوريثه للأجيال

[illegible] ب) [illegible] ج) البلاستيكية د) الخشبية

٤٠ - يعرف فن [illegible] لرسم تصميمات مختلفة على القماش

أ) [illegible] ب) [illegible] ج) البلاستيك د) الزجاج

[illegible]

1 ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة [illegible]

1. يتم تحديد النباتات التي سيتم زراعتها على حسب نوع التربة الموجودة بالحديقة
2. يتم تصميم ممرات الحديقة للتجول في الحديقة
3. يمكن جذب انتباه العملاء لشراء المنتج من خلال التسويق السمعي بالإضاءة.
4. يجب تصميم العلامة التجارية بشكل بارز يسمح [illegible] الشركات
5. الضوء الأزرق يولد تأثيرًا مزعجًا على المسرح
6. يمكن استخدام إبرة [illegible] لتزيين المفروشات.
7. غرزة السرجة تكون على شكل خطوط متقطعة غير متساوية [illegible]

2 اختر الإجابة الصحيحة مما يأتي

1. الأصوات التي تبعث على الاسترخاء في الحديقة تصدر من
   (أ) البرجولات (ب) النافورة (جـ) المقاعد (د) الممر
2. يعتبر كل الآتي من ألوان النباتات الزاهية التي تبعث البهجة في الحديقة ما عدا اللون
   (أ) الأحمر (ب) البرتقالي (جـ) الأصفر (د) [illegible]
3. لكي تصمم العلامة التجارية بشكل جيد يجب أن تكون
   (أ) معقدة (ب) غامضة (جـ) [illegible] (د) غير واضحة
4. يمكن لفت انتباه العملاء عن طريق الإضاءة الجيدة للمنتج ويعتبر ذلك تسويقًا
   (أ) بصريًا (ب) كتابيًا (جـ) شفهيًا (د) سمعيًا
5. يمكن وصف نوع الشخصية داخل المسرحية عن طريق
   (أ) الأزياء (ب) الإضاءة (جـ) الموسيقى (د) الصور
6. من عناصر العمل المسرحي لكي يعمل بشكل جيد
   (أ) الديكور (ب) الجماهير (جـ) العلامة التجارية (د) الشعر
7. يستخدم جميع ما يلي لتطريز المفروشات ما عدا
   (أ) الخيط (ب) الإبر (جـ) الترتر (د) الحلق?
8. من التطريز يعرف بفن التزيين بـ [illegible] برسم تصميمات مختلفة على القماش
   (أ) الخرز (ب) البلاستيك (جـ) الزجاج (د) المسد?

النموذج الثاني

١- ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- يبعث الصوت المنبعث من النافورة الشعور بالاسترخاء.

٢- يمكن زراعة نباتات صغيرة الحجم بالقرب من ممر طويل في الحديقة.

٣- تعتبر العلامة التجارية تُعبر عن الطريقة التي يعرف بها العالم أي شركة.

٤- يمكن تحسين عرض المنتجات من خلال معرفة نقاط البيع الترويجية فقط.

٥- تساعد إضاءة المسرح على توفير جو متوازن عند عرض المسرحية.

٦- غرزة الفرع التي تستخدم في تزيين الملابس تكون على شكل خط سميك.

٧- استوحت التصميمات المطرزة القديمة من الطبيعة والقيم.

٢- اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

١- تبعث الألوان المتدرجة للنباتات في الحديقة على ....

(أ) الحيوية (ب) الاسترخاء (جـ) النشاط (د) الغرور

٢- تعتبر جميع ما يلي من عناصر الحديقة ما عدا ....

(أ) الممرات (ب) الزهور (جـ) الشجيرات (د) الحقائب

٣- العلامة التجارية يجب أن تكون .... حتى تنجح.

(أ) بارزة (ب) غامضة (جـ) مطلقة (د) معقدة

٤- يستخدم أسلوب .... لترويج المنتجات بوضع العنصر الأكبر في المنتصف.

(أ) الكتابة (ب) الصعد (جـ) الهرم (د) التعلق

٥- ديكور المسرح يشمل جميع ما يلي ما عدا ....

(أ) المنظر (ب) المصدر المتحقق (جـ) الأثاث المستخدم (د) الإكسسوار

٦- يعتبر .... كل ما يستخدمه الممثلون على خشبة المسرح مثل الإكسسوارات.

(أ) الإضاءة (ب) تصميم الأزياء (جـ) الموسيقى (د) الصوت

٧- التطريز اليدوي هي حرفة تقليدية تعتمد على .... عند تزيين المفروشات.

(أ) اليد (ب) ماكينة الطباعة (جـ) ماكينة الخياطة (د) ماكينة النسيج

٨- تكون غرزة الفرع على شكل .... رفيع وتُستخدم عند تزيين الملابس.

(أ) دائرة (ب) مربع (جـ) مستطيل (د) خط

الاختبار الثالث

١) ضع علامة ✔ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✗ أمام العبارة غير الصحيحة.

١- تساعد الجذور في برجولات الحديقة على الشعور بالهدوء والراحة.

٢- اللون البرتقالي من ألوان النباتات الباردة.

٣- يجب اختيار علامة تجارية لا يمكن تمييزها من أخرى.

٤- تستخدم ألوان كثيرة عند تصميم العلامة التجارية لإيصال الرسالة المرغوبة من الإعلان.

٥- صوت زقزقة العصافير على المسرح يساعد على الشعور أنك في الحديقة.

٦- يسمى الديكور تصميم مشهد كل شيء حول مساحة الممثلين فقط.

٧- من أنواع [illegible] التي تستخدم تزيين [illegible] عربة [illegible] والفرح.

٢) اختر الإجابة الصحيحة مما يلي

١- النباتات التي تزرع في الحديقة يتم اختيارها على حسب

أ) شكل البرجولة ب) شكل المقاعد جـ) نوع التربة د) كمية التربة

٢- تصميمات الحديقة المنزلية تساعد أفراد المجتمع على جميع ما يلي ما عدا

أ) الشعور بالهدوء ب) الاسترخاء جـ) الشعور بالانزعاج د) [illegible]

٣- جميع ما يلي يجب توافره في العلامة التجارية لنجاح الإعلان ما عدا

أ) تكون مبتكرة ب) تكون بسيطة

جـ) قابلة للاستنساخ د) غير ملائمة لاحتياجات العملاء

٤- الهوية .... هي الطريقة التي يرى بها العالم الشركات

أ) العلامة التجارية ب) السعر جـ) الأثر العاطفي د) العملة

٥- الصوت الأعلى في المسرح تأثيره .... عند عرض العمل المسرحي

أ) غامض ب) مرتفع جـ) هادئ د) غير واضح

٦- يسمى .... تصميم مشهد جميع الأشياء التي تحيط مساحة التمثيل وخارجها

أ) الديكور ب) الإضاءة جـ) الصوت د) الموسيقى

٧- عربة المسرحية تستخدم في جميع ما يلي ما عدا

أ) خياطة قطع القماش ب) تزيين الزجاج جـ) تزيين المعروضات د) تزيين [illegible]

٨- المصنوعات .... المصرية توثق التراث المصري وتورثه للأجيال.

أ) الورقية ب) المطورة جـ) الخشبية د) اليدوية

الاختبار الرابع

س١: [illegible] ✔ أمام العبارة الصحيحة و ✘ أمام العبارة غير الصحيحة

١- [illegible] من خلال معرفة نوع الحديقة عامة أم خاصة ( )

٢- [illegible] طريقة في الحديقة بالقرب من مبنى [illegible] ( )

٣- [illegible] تأثير في رؤية العملاء للعلامة التجارية ( )

٤- [illegible] الهرمية [illegible] للعناصر المهمة للمعروضات في المنتصف ( )

٥- [illegible] في العمل المسرحي من الأزياء التي يرتديها الممثل ( )

٦- لا يمكن [illegible] ( )

٧- [illegible] ( )

س٢: [illegible] الصحيحة مما يلي

١- [illegible] الحديقة [illegible] في حديقة

(أ) [illegible] (ب) الأشجار (ج) [illegible] (د) [illegible]

٢- [illegible] جميع ما يلي [illegible] حديقة [illegible]

(أ) [illegible] (ب) [illegible] الحديقة (ج) المباني [illegible] (د) [illegible]

٣- [illegible] هذه الأزياء [illegible]

(أ) [illegible] (ب) [illegible] (ج) كتلة اللون (د) المعروضات الأسطوانية

٤- [illegible] حتى لا [illegible] ولا يكون [illegible]

(أ) [illegible] (ب) [illegible] (ج) بارزة (د) غامضة

٥- [illegible] تصميم مشهد جميع الأشياء داخل مساحة التمثيل وخارجها

(أ) الديكور (ب) الإضاءة (ج) الصوت (د) الموسيقى

٦- [illegible] العمل المسرحي يشمل جميع ما يلي ما عدا

(أ) [illegible] (ب) [illegible] (ج) [illegible] (د) [illegible]

٧- [illegible] الملابس

(أ) [illegible] (ب) [illegible] (ج) الحديد (د) الصلصال

٨- [illegible] على [illegible] متساوية أو غير متساوية

(أ) [illegible] (ب) [illegible] (ج) [illegible] (د) [illegible]

الاختبار الخامس

1 ضع علامة ✔ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✘ أمام العبارة غير الصحيحة

١- معرفة كثافة الشمس التي تصل للحديقة يحدد النباتات التي سيتم زراعتها في الحديقة

٢- من عناصر الحديقة البرجولات والممرات فقط

٣- لا بد من استخدام ... عند تصميم العلامة التجارية لإيصال الرسالة المرجوة من الإعلان

٤- الإضاءة المخصصة للمسرح تعطي شعورًا بالعرض بأكمله

٥- ديكور المسرح يشمل الإكسسوارات والمناظر المختلفة

٦- لا يمكن استخدام التُرتر لتزيين الملابس

٧- يجب الحذر عند استخدام المقص أثناء تطريز الملابس

2 اختر الإجابة الصحيحة مما يلي

١- يمكن الجلوس على .... في الحديقة للاستمتاع

أ) الممرات ب) الأشجار جـ) المقاعد د) الشجيرات

٢- يعتبر اللون .... من ألوان النباتات البارزة التي تبعث على الاسترخاء في الحديقة

أ) الأصفر ب) البرتقالي جـ) الأحمر د) الأخضر

٣- يمكن ... ... النص عن طريق الألوان ... وذلك ...

أ) سمعيًا ب) بصريًا جـ) كتابيًا د) صوتيًا

٤- يمكن أن يرى العالم أي شركة من خلال ....

أ) المنتج ب) العلامة التجارية جـ) الموظفين د) العملاء

٥- يمكن وصف شخصية رجل ... في العمل المسرحي من خلال

أ) الإضاءة ب) الصوت جـ) الأزياء د) الموسيقى

٦- تصميم الأزياء له تأثير .... على الجمهور لنجاح المسرحية.

أ) بصري ب) ضوئي جـ) صوتي د) سمعي

٧- يمكن استخدام .... لعمل الغرز وتزيين الملابس

أ) الإبرة والقلم ب) الإبرة والخيط جـ) الإبرة والمكعبات د) الإبرة والمقص

٨- غرزة الفرع والسلسلة تكون على شكل .... وتستخدم في تزيين المفروشات

أ) مربعات ب) خطوط جـ) مستطيلات د) دوائر

أهم المصطلحات

المصطلح

١- **الأشخاص النباتيون المتوازنون**: هم الأشخاص الذين لا يأكلون اللحوم ويمكنهم أن يأكلوا البيض ومشتقات الألبان والعسل

٢- **الأشخاص النباتيون الصُّرف**: هم الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني

٣- **السعرات الحرارية**: هي مقياس لكمية الطاقة التي يختزنها الغذاء

٤- **الشراب الطبيعي الطازج**: هو الشراب المعصور مباشرة من الفاكهة

٥- **الشراب الطبيعي المعلب**: هو شراب مصنوع من عصير الفاكهة والسكر والماء ومواد حافظة

٦- **الشراب الصناعي**: هو شراب [illegible] نكهة صناعية [illegible] حافظة

٧- **تاريخ انتهاء الصلاحية**: هو التاريخ الذي يجب أن يتم فيه استهلاك المنتج وبعد هذا التاريخ لا يضمن المصنع سلامة المنتج وجودته

٨- **التجفيف**: هي طريقة لحفظ الطعام يتم فيها إزالة الرطوبة من الأطعمة حتى لا ينمو عليها أي عفن أو بكتيريا

٩- **هوية العلامة التجارية**: هي الطريقة التي يعرف بها العالم شركتك

١٠- **الحرف القديمة**: هي حرف تقليدية معتمدة على اليد واستخدام الأدوات البسيطة

١١- **غرزة السراجة**: هي غرزة تكون على شكل خطوط متقطعة متساوية أو غير متساوية

١٢- **غرزة الفرع**: هي غرزة تكون على شكل خط رفيع.

أهم الشخصيات

د. محمد محمد غنيم

أهم إنجازاته

- أجرى بحوثًا متقدمة في الفنون الجراحية، وقدّم فيها العديد من الأساليب الجراحية المختلفة، ثم بنشر العديد من الكتب والمقالات العلمية على الصعيد المحلي والعالمي.
- قام بإجراء أول عملية زراعة الكلى في مصر عام ١٩٧٦ م.
- قام مؤخرًا بإجراء بحوث علمية متقدمة عن زراعة الخلايا الجذعية في نوع من الخلايا التي تنتج [illegible] الخلايا الأخرى مثل خلايا الكبد أو الكلى.
- عضو في العديد من الجمعيات العلمية مثل الجمعية الفرنسية لجراحة المسالك البولية وجراحة [illegible] عمل أستاذًا زائرًا في العديد من الجامعات حول العالم.

الجوائز التي حصل عليها:

تم منحه درجة الدكتوراه الشرفية في الطب من جامعة جوتنبرج في السويد.
جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية في مصر عام ١٩٩٧م.
جائزة ميدالية [illegible] من الجمعية البريطانية للمسالك البولية عام ١٩٩٣ م.
جائزة [illegible] العالمية عام ١٩٩٩ م. جائزة مبارك في مجال الطب عام [illegible] م.

الأديب نجيب محفوظ

أعماله:

اهتم في رواياته بتصوير أفكار وهموم المصريين وتسليط الضوء على المجتمع المصري [illegible] والبيئة المحيطة به.
استطاع نجيب محفوظ على ان يصل بالأدب العربي نحو نشر أعماله، فكان من الأدباء البارزين في هذا الوقت.
قدم بكتاباته العديد من القصص القصيرة والروايات، حيث قام بكتابة مائة قصة قصيرة وثلاثين رواية.
تعد رواية [illegible] أول رواية ل[illegible] في مصر [illegible] [illegible].

الجوائز التي حصل عليها

جائزة الدولة التقديرية في الآداب عام ١٩٦٨م.
جائزة نوبل في الآداب عام ١٩٨٨ م وبذلك أصبح أول كاتب عربي يحصل على جائزة نوبل [illegible] أعماله نابعة من روائي عربي يحتوي على جميع البشر.
جائزة قلادة النيل العظمى عام ١٩٨٨ م.
منح الدكتوراه الفخرية من الجامعة الأمريكية في القاهرة عام ١٩٩٥ م.
تم تأسيس جائزة باسمه لتكريم الأعمال الأدبية العربية المتميزة في عام ١٩٩٦م.

١ اقرأ الموضوع الآتي، واعمل على تنفيذه.

الموضوع:

تخيل أنك ستنظم حدثًا خيريًا [illegible] حديقة عامة في مجتمعك المحلي [illegible].
[illegible] عرض مسرحي [illegible] والتخطيط [illegible] الطعام والمشروبات [illegible] وتصميم [illegible]
[illegible] ووضع برنامج أو إعلان عنه

٢ اختر أعضاء فريقك [illegible] مع من تعمل؟

-
-

٣ عصف ذهني

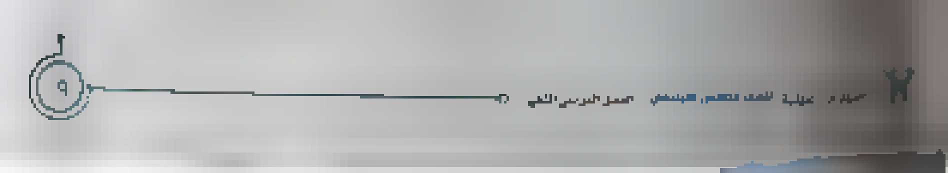
- فكر في الأفكار الآتية، وناقشها ضمن فريقك

١ نوع الحديقة التي [illegible] يحتاج إليها مجتمعك المحلي؟

٢ [illegible] الذي ستطلقه على حدثك الخيري؟ [illegible] التي ستستخدمها للإعلان عنه؟ [illegible] تصميم يمكنك أن تستخدمه في [illegible]؟

٣ [illegible] العرض المسرحي؟ [illegible] العناصر الفنية التي ستستخدمها [illegible] الأخرى [illegible]؟
[illegible] في قائمة [illegible] وكيف [illegible] بطريقة [illegible] على [illegible] الطعام وصحته؟

٤ كيف ستستخدم الإعلان لإقناع الناس بالمجيء إلى الحدث الخيري؟



4 التخطيط

تأكد من سلوكك مسيرًا في كل مرحلة من مراحل المشروع. احرص على مراجعة الدروس المتعلقة بهذا الفصل؛ لجمع مزيد من المعلومات لمساعدتك على كل مهمة.

تمثيل الخريطة الجديدة المثالية للمجتمع

اسم الحدث، وشعاره، ورمزه

التخطيط للأداء المسرحي بما في ذلك العناصر التقنية

التخطيط لقائمة طعام محلية وعرض الطعام بشكل لائق

تصميم الأصناف المتعلقة بالحدث

إنشاء برنامج أو إعلان عن الحدث

5 العمل ضمن فريق

يجب أن يجتمع أعضاء الفريق بشكل مرة أخرى لمراجعة جميع التصاميم والمخططات والأفكار، قم بالتغييرات أو التحسينات الضرورية لعمل المشروع.

6 منتجك النهائي: اعرض مخططك وتصميماتك أمام زملائك في الفصل.

[illegible]

س١: ضع علامة ✔ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✘ أمام العبارة غير الصحيحة:

١- [illegible] تحتوي على دهون غير صحية. ( )

٢- [illegible] صلاحية المسح عند الشراء لا يعتبر أمرًا ضروريًا. ( )

٣- [illegible] الدكتور [illegible] أحمد [illegible] بحوث [illegible] على [illegible] الحلاقة [illegible]

٤- [illegible] في الحديقة يعطي النباتات التي [illegible]

٥- يجب أن [illegible] على [illegible] عند [illegible] الشاكوش

٦- يجب وضع الطعام في [illegible] حمايته من الحشرات.

٧- يمكن وضع الشخص [illegible] سريف في [illegible] في [illegible]

س٢: [illegible] الصحيحة [illegible]

١- مقياس الطاقة الذي [illegible] هو

(أ) الطاقة [illegible] (ب) السعرات الحرارية (جـ) درجة الحرارة (د) النسبة المئوية

٢- لتم إضافة .... للألبان [illegible] حافظة قوية قد تكون ضارة

(أ) [illegible] (ب) الملح (جـ) [illegible] (د) [illegible]

٣- ممارسة .... يساعدنا في الحصول على نمط غذائي صحي

(أ) الكتابة (ب) الرياضة (جـ) القراءة (د) ركوب [illegible]

٤- [illegible] .... كمذاق الفاكهة ولكنه ليس طازج

(أ) [illegible] (ب) [illegible] (جـ) الطبيعي [illegible] (د) [illegible]

٥- يجب أن تكون العلامة التجارية .... لضمان نجاح الإعلان عن منتج.

(أ) غامضة (ب) [illegible] (جـ) [illegible] (د) غير واضحة

٦- ديكور المسرح يشمل جميع ما يلي ما عدا ....

(أ) الأثاث المستخدم (ب) الإكسسوارات (جـ) المناظر (د) المنصات [illegible]

٧- نحتاج إلى .... لإزالة [illegible] والقشور والبذور عند [illegible]

(أ) مصفاة (ب) [illegible] (جـ) [illegible] (د) [illegible]

٨- تكون [illegible] على شكل خطوط .... متساوية أو غير متساوية

(أ) [illegible] (ب) [illegible] (جـ) [illegible] (د) رأسية

الاختبار الثاني

١- ضع علامة ✓ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✗ أمام العبارة غير الصحيحة

١- الخضروات الورقية الخضراء مصدر مهم من مصادر البروتين الحيواني

٢- الشهادة الصحية للعاملين غير ضرورية عند عرض المنتج

٣- يؤدي الضوء الأزرق تأثير مرعب على المسرح

٤- التجفيف في الشمس يعد من أهم طرق حفظ الأطعمة في [illegible]

٥- [illegible] العصير المصنع [illegible] من أهم مسببات السمنة في المجتمع

٦- يمكن تغيير ريشة المضرب [illegible] بالكهرباء

٧- شرب الشاي بعد الأكل مباشرة يسبب الإصابة بفقر الدم

٢- اختر الإجابة الصحيحة مما يأتي

١- تحتوي الوجبة النباتية الصرف على

(أ) الجبن (ب) الخضار (جـ) الدجاج (د) اللحوم

٢- تعد أصوات [illegible] في [illegible] والهدوء

(أ) [illegible] (ب) الدرامية (جـ) [illegible] (د) [illegible]

٣- أي مما يلي يعبر عن العادات غير الصحية التي يتبعها الناس

(أ) شرب المياه الغازية (ب) شوي اللحوم (جـ) ممارسة الرياضة (د) تناول الخضر

٤- عند وجود رواسب [illegible] يدل ذلك على أن اللبن غير طازج

(أ) حمضيا (ب) بيضاء (جـ) عفن (د) متجبن

٥- جميع الأفكار الآتية يمكن أن تستخدم لتحسين عرض المنتج ما عدا

(أ) كتلة اللون (ب) المعروضات المتكررة (جـ) [illegible] (د) تحريك [illegible]

٦- يمكن مساعدة شخص مصاب عن طريق جميع ما يلي ما عدا

(أ) استخدام حقيبة الإسعافات الأولية (ب) الاتصال برقم [illegible] ١٢٣

(جـ) مساعدته على [illegible] (د) تركه دون إسعاف

٧- قام الدكتور [illegible] بإزالة العصابات [illegible] لمساعدة [illegible] الحديقة وحماية الحيوانات

(أ) المعدنية (ب) الورقية (جـ) البلاستيكية (د) الخشبية

٨- الشراب الذي يعصر مباشرة من الفاكهة هو الشراب

(أ) الصناعي (ب) الطبيعي الطازج (جـ) [illegible] (د) الطبيعي [illegible]

اختبر نفسك

ضع علامة ✓ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✗ أمام العبارة غير الصحيحة

١- العصائر الطبيعية تصنع من عصير الفاكهة المركز والسكر

٢- يعمل اللون البرتقالي للسماد في الحدائق ... والنشاط

٣- يجب الضغط برفق على أي جرح ينزف بقطعة قماش نظيفة

٤- عروة القرع المستخدمة في تزيين الملابس تكون على شكل حبة ...

٥- ... المشروبات في الزجاجات تعتبر المرحلة الأولى في عملية التصنيع

٦- يهدف ... لتشجيع الناس على ...

٧- التسويق السمعي بالإعلان يلفت انتباه العملاء لشراء المنتج.

اختر الإجابة الصحيحة مما يلي

١- ... المحتوية على نسبة ... من الدهون والملح للحفاظ على صحتك

أ) عالية ب) منخفضة جـ) كبيرة د) متوسطة

٢- ارتداء ... يجعلك تتجنب ... المتناثرة

أ) نظارة ... ب) قفاز للطعام جـ) ... والأواني د) ...

٣- عملية ... تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة حتى لا ينمو عليها أي عفن

أ) الطهي ب) التعليب جـ) القلي د) التجفيف

٤- تستخدم ... لتزيين المشروبات

أ) الخرز ب) المصاصات جـ) المكعبات د) ...

٥- ... الذي يتم عن طريق القلي ...

أ) ... ب) يتجمد جـ) يتبخر د) يتحلل

٦- قام الدكتور محمد ... بأول عملية ... في مصر

أ) القلب ب) الرئة جـ) الكبد د) الكلى

٧- يجب حفظ ... في درجة حرارة ... عند ... في ...

أ) منخفضة ب) عالية جـ) الغليان د) معتدلة

٨- الإفراط في تناول ... يسبب أمراض القلب

أ) الفاكهة ب) الخضروات جـ) ... د) البقوليات

الاختبار الرابع

١ ضع علامة ✔ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✘ أمام العبارة غير الصحيحة.

١- يسمى الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني بالنباتيين الصِّرف

٢- استخدم الفنانون المصريون القربة الصوفية لصنع منحوتات وتماثيل جدية

٣- تشجع دول زيمبابوي سكان المزارعين على زرع الباميه للمحافظه على خصوبه التربه.

٤- لا يمكنك مساعدة مصمم عاقد للوعي بسيفس

٥- يحتاج عرض العمل بشكل جذاب إلى بعض التفكير الإبداعي

يجب مسح الزوائد أثناء العيوم بعملية الطلاء

٧- عند تزيين المعروضات لا يمكنك المزج بين أنواع الفنون المختلفة

٢ اختر الإجابة الصحيحة مما يلي.

١- يشمل .... الذي يستخدمه الممثلون على خشبة المسرح مثل مستحضرات التجميل

أ- تصميم الأزياء ب- الديكور جـ- الصوت د- الإضاءة

٢- الوجبات .... تحتوي على الكثير من السعرات الحرارية

أ- المطهوية ب- المسلوقة جـ- السريعة د- الصحية

٣- يتحول اللبن المخثوش إلى اللون .... عند إضافة قطرات من صبغة اليود إليها

أ- الأحمر ب- الأزرق جـ- الأصفر د- الأبيض

٤- عند إضافة .... للشرب بلبن يطيل عمرا صلاحيته.

أ- المواد الصلبة ب- اللبن جـ- مادة حافظة د- الملح

٥- يمكن تطرير القماش باستخدام كل ما يلي ما عدا ....

أ- الترتر ب- الإبرة جـ- الخيط د- المسطرة

٦- يمكن تصميم .... في الحديقة للتجول بها.

أ- الممرات ب- البرجولات جـ- المقاعد د- الأشجار

٧- الأخطاء التي تحدث عند حفظ الطعام تتسبب في ....

أ- تماسك القوام ب- نمو البكتيريا جـ- زيادة الكمية د- زيادة الحموضة

٨- النكهة الصناعية تعد أرخص ثمنا من العصير ....

أ- الصناعي ب- الطبيعي جـ- غير الصحي د- الفاسد

التقييم الخامس

ضع علامة (✔) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✘) أمام العبارة غير الصحيحة:

١- تعتبر المنظمة التي أسسها موسوعة حماية الحيوان البرية منظمة غير هادفة للربح
٢- يجب ارتداء نظارة السلامة عند القيام بسن السكين
٣- يعتبر تقدير الوضع هو الخطوة الأولى لتقديم الإسعافات الأولية لشخص مصاب
٤- نوع المنشأة عامة أو خاصة هو الذي يحدد من الحديقة
٥- أسس الدكتور عبد الله أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكلى
٦- يعتبر مادة الشد من المواد الحافظة التي تضاف للبن
٧- يجب أن تتناسب عناصر المسرح مع الأحداث وتطورها

- اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

١- يجب استخدام .... لحماية الطعام من الحشرات.

(أ) ورق الزبدة (ب) ورق الطباعة (جـ) أكياس التجميد (د) أكياس القمامة

٢- يجد .... الفاكهة جيدًا في بداية تعرضها للعصير الطبيعي

(أ) مطروس (ب) عسل (جـ) عرق (د) شمس

٣- يظهر الأشخاص .... في علاقات الوجبات السريعة

(أ) سعداء (ب) نشطين (جـ) غاضبين (د) متشائمين

٤- عندما لا تكون العلامة التجارية جيدة تكون

(أ) عظيمة (ب) مؤثرة (جـ) معقدة (د) مظلمة

٥- يتسبب الإفراط في تناول .... في ارتفاع ضغط الدم

(أ) الملح (ب) السكر (جـ) الخبز (د) الجبن

٦- يستخدم عصر المصريين نوع من المواد .... التي تتفاعل عند حفظ الطعام.

(أ) الصلبة (ب) الحافظة (جـ) السكرية (د) المالحة

٧- تتم معالجة الشرار الطبيعي في

(أ) المستشفيات (ب) المنزل (جـ) المصانع (د) المدارس

٨- غرزة السراجة تستخدم في جميع ما يلي ما عدا

(أ) خياطة قماش القماش (ب) تزيين المفارش (جـ) تزيين الملابس (د) تزيين العقب

الاختبار السادس

① ضع علامة ✓ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✗ أمام العبارة غير الصحيحة

١- [illegible] من الطبيعة والحياة اليومية المصرية. [illegible]

٢- يجب التفكير في تناول الأطعمة الصحية بدلاً من الوجبات السريعة

٣- يحتاج التجفيف إلى دوران الهواء لإزالة الرطوبة مع [illegible] تلك الأطعمة و [illegible]

٤- تصمم ممرات الحديقة للتجول في الحديقة

٥- من البدائل الصحية مكسرات [illegible] في نفس مصدر جيد للبروتين

٦- [illegible] الطبيعي سكري جداً وله نكهة الفاكهة [illegible]

٧- يجب [illegible] في [illegible] من الميكروبات والجراثيم.

② اختر الإجابة الصحيحة مما يأتي:

١- كتب .... روايات [illegible] وهو يعتبر من أبرز الأدباء في مصر

(أ) نجيب محفوظ (ب) أحمد زويل (جـ) مصطفى محمود (د) طلعت حرب

٢- يحدث [illegible] عن طريق [illegible] [illegible] دوام [illegible]

(أ) [illegible] (ب) الفورمالين (جـ) [illegible] (د) [illegible]

٣- [illegible] الورقية [illegible] على [illegible]

(أ) [illegible] (ب) الأسمدة (جـ) [illegible] (د) [illegible]

٤- [illegible] [illegible]

(أ) [illegible] (ب) [illegible] (جـ) النجار (د) [illegible]

٥- [illegible] [illegible] لا بد أن يكون [illegible]

(أ) [illegible] (ب) [illegible] (جـ) [illegible] (د) [illegible]

٦- [illegible] تصميم مشهد جميع الأشياء [illegible]

(أ) الإضاءة (ب) الصوت (جـ) [illegible] (د) الموسيقى

٧- [illegible] والمسرحة [illegible] على شكل [illegible] وتستخدم في [illegible]

(أ) [illegible] (ب) [illegible] (جـ) [illegible] (د) [illegible]

٨- يجب وضع الشخص [illegible] في وضعية الإفاقة

(أ) فاقد الوعي ولا يتنفس (ب) فاقد الوعي ويتنفس

(جـ) المصاب بدوخة (د) المصاب بجرح عميق

[illegible]

علامة ✔ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✘ أمام العبارة غير الصحيحة:

[illegible] البيتزا من الوجبات سريعة التحضير والصحية

[illegible] للغذاء يعمل [illegible] والطعام الصحي

[illegible] في أفلام ولقطيه تتحدث عن [illegible] التي تتعرض لها الأسد الإفريقي

[illegible] العالم أي شركة من خلال هوية العلامة التجارية

[illegible] الأطعمة الغنية عن الأطعمة المقلية عند تحريك السمع

[illegible] وحدة زخرفية تنتهي محفورة في غرزة الفرع

[illegible] بالقرب من [illegible] الثنائي المتعاطر أثناء العمل

الإجابة الصحيحة مما يلي:

[illegible]

[illegible]	(ب) [illegible]	(جـ) المعشوقات	(د) منتجات الألبان

[illegible] الموجودة في [illegible] الخضروات والفاكهة

[illegible]	(ب) [illegible]	(جـ) [illegible]	(د) تبقُّر

[illegible] على عرض السمع بطريقة جذابة

الإبداعي	(ب) العاطفي	(جـ) الفلسفي	(د) [illegible]

[illegible] عند وجود إضاءة متخفضة على المسرح

[illegible]	(ب) الغموض	(جـ) التوتر	(د) القوة

[illegible]

[illegible]	(ب) [illegible]	(جـ) [illegible]	(د) التشطيب

[illegible] الطبيعي [illegible]

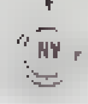
[illegible] الفاكهة	(ب) [illegible]	(جـ) [illegible]	(د) [illegible]

[illegible] التي تبعد عن [illegible] في [illegible] اللون

البرتقالي	(ب) الأصفر	(جـ) الأحمر	(د) الأزرق

[illegible] الثلثه [illegible]

شخص [illegible]	(ب) [illegible]	(جـ) نظارات واقية	(د) [illegible]



الاختبار الثامن

٦ ضع علامة ✓ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✗ أمام العبارة غير الصحيحة:

١ يمكن أن يصبح الطعام عن طريق الجهاز الهضمي مصدر عدوى من التلف
٢ يستخدم حمض الستريك أو الكبريتيك كمواد حافظة للطعام مدة طويلة
٣ يحصل بروتين طويلة في المعدة بالقرب من جهاز صغير
٤ يتسبب شرب المشروبات الغازية في نقص الكالسيوم الموجود بجسم الإنسان
٥ تحصل تويتر إيمانويل ماوبو الاعتماد على المصادر المحلية عند طهي الطعام
٦ يساعد صوت زقزقة العصافير في المسرح على الشعور أنك في الحديقة
٧ يجب وضع الأطعمة النيئة والأطعمة المطبوخة في نفس الوعاء عند تحريرها.

٧ اختر الإجابة الصحيحة مما يلي

١ غرفة الفرع تكون على شكل .... وتستخدم لتزيين المناديل

أ) خط مستقيم ب) خط رفيع جـ) مربع صغير د) دائرة كبيرة

٢ جميع ما يلي يجب اتباعه عند تغيير ريشة المثقاب ما عدا

أ) عدم توصيله بالكهرباء ب) تشريحه من الماء
جـ) عدم إمرار السلك في الكهرباء د) إبعاده عن الماء

٣ استخدام .... يساعدنا في الحصول على طعام صحي ولذيذ

أ) مكونات طازجة ب) الكثير من الملح جـ) الكثير من الدهون د) كمية كبيرة من السكر

٤ تتأثر المشروبات الورقية الخضراء بسبب على محتوياته ....

أ) الصيد ب) الاستزراع جـ) الحصاد د) النوم

٥ تحتوي على الدهون والسعرات والسكر وات ساتل

أ) نباتية ب) غير صحية جـ) حيوانية د) دهنية

٦ يمكن للعالم أن يرى أي حركة من حوله عن قرب

أ) الشعر ب) العلامة التجارية جـ) الموظفين د) العملاء

٧ الدكتور موهوب قام بحماية .... من الانقراض

أ) الأسد الإفريقي ب) الغزلان المائية جـ) الغزالة الصحراوية د) الذئب العربي

٨ يدخل .... في صناعة العديد من المنتجات مثل الزبادي والجبن

أ) العصير ب) اللبن جـ) الفاكهة د) السمك

[illegible]

ضع علامة ✔ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✘ أمام العبارات غير الصحيحة:

1. [illegible] الأجهزة [illegible] يطلق عليهم البائعين [illegible]
2. [illegible] يمكن استخدامه للأغراض [illegible]
3. [illegible] الأثر [illegible] لا [illegible] الأسيرة
4. [illegible] مساعدة [illegible] الإسعاف
5. [illegible] الأطعمة غير [illegible] تقليد [illegible]
6. [illegible] والمبادئ [illegible] المقدار [illegible] الأرض
7. [illegible] التي [illegible] في الحديقة

اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

1. [illegible] الإنسان
   (أ) [illegible] (ب) [illegible] (جـ) الفيتامينات (د) الكالسيوم
2. [illegible] لرسم تصميمات مطابقة على القماش
   (أ) البلاستيك (ب) [illegible] (جـ) [illegible] (د) [illegible]
3. [illegible] الأطعمة غير المعبأة [illegible] حفظ مخصصة.
   (أ) [illegible] (ب) [illegible] (جـ) [illegible] (د) التبريد
4. [illegible] في حالة عدم سلامة [illegible]
   (أ) [illegible] (ب) حماية المستهلك (جـ) الدولة (د) الشرطة
5. [illegible] عدم سلامة الطعام [illegible] في مركز التسوق؟
   (أ) [illegible] (ب) [illegible] (جـ) [illegible] (د) [illegible]
6. [illegible] يستخدم لترويج المنتجات بوضع العنصر الأكثر في [illegible]
   (أ) [illegible] (ب) الكتابة (جـ) [illegible] (د) [illegible]
7. [illegible] المسرح تشمل جميع ما يلي ما عدا
   (أ) [illegible] (ب) الإكسسوارات (جـ) الإضاءة (د) مستحضرات التجميل
8. عند [illegible] يجب [illegible] بشكل صحيح
   (أ) الآلة (ب) [illegible] (جـ) [illegible] (د) الأقلام

التقييم الشامل

① ضع علامة ✔ أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✘ أمام العبارة غير الصحيحة

1- يجب على الممثل ارتداء غطاء الشَعر والقفازات لحمايته للمسح من التلوث
2- تناول القليل جدًا من العنصر الغذائي يتسبب في سوء التغذية للإنسان
3- الحرف القديمة هي حرف تقليدية تعتمد على الإبر والخيط فقط
4- حصل الأديب نجيب محفوظ على جائزة الدولة التقديرية.
5- يجب ترتيب السلع على الرفوف بشكل منظم وجذاب عند عرضها
6- عند خلط السكر يجب أن يكون السائل ساخنًا حتى يذوب السكر في السائل عند صنع الشراب
7- منظمة الدكتور مردوخ تستخدم علامات تجارية بشكل فعال لإيصال رسالتها البيئية

② اختر الإجابة الصحيحة مما يلي

1- تصميم الأزياء تأثيره ______ في الجمهور نجاح المسرحية.

(أ) صوتي (ب) عصري (جـ) سمعي (د) بصري

2- يمكن نقد أسماء القصة عن طريق الإضاءة والألوان وعرض المشاهد ويعتبر ذلك نقدًا ______

(أ) سمعيًا (ب) بصريًا (جـ) كتابيًا (د) شفهيًا

3- يمكن الجلوس على ______ في الحدائق العامة المسرحية.

(أ) المقاعد (ب) الأشجار (جـ) الممرات (د) النافورة

4- يكون المسح المائي ______ عند احتواء السائل الموجود به على ملوثات

(أ) خارجيًا (ب) صحيًا (جـ) غير صحي (د) جيد

5- الحمية ______ هي التي تختار بدائل نباتية عوضًا عن البروتينات الحيوانية

(أ) النباتية (ب) العشبية (جـ) البلدية (د) الحيوانية

6- من العناصر المطلوبة وراء الكواليس لإقامة العمل المسرحي بشكل جيد

(أ) الشخصيات (ب) الديكور (جـ) الجمهور (د) المخرجين

7- أول مراحل تصنيع العصير الطبيعي هي ______ الفاكهة

(أ) تعبئة (ب) تجهيز (جـ) زراعة (د) حصاد

8- جميع ما يلي يعتبر من إرشادات السلامة عند العمل بالنجارة ما عدا

(أ) تخزين العناصر والشاكوش بعيدًا عن اليد (ب) استخدام نظارات واقية

(جـ) استخدام المثقب بعيدًا عن اليد (د) تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء

الإجابات النموذجية

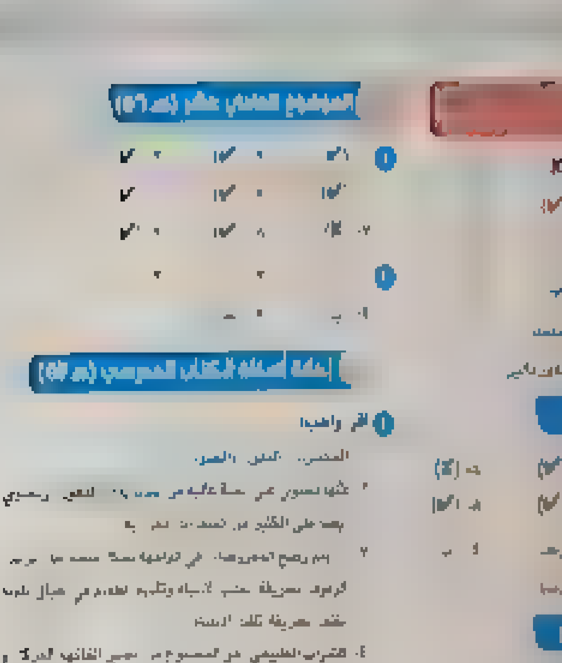
- الإجابات النموذجية عن أسئلة «اختبر نفسك» في جميع الموضوعات.
- الإجابات النموذجية عن أسئلة الكتاب المدرسي على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن تدريبات سلاح التلميذ على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات سلاح التلميذ على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات سلاح التلميذ النهائية.

الإجابات

الموضوع السابع (ص [illegible])

الموضوع الثامن (ص [illegible])

الموضوع التاسع (ص [illegible])



الموضوع الحادي عشر (ص [illegible])

إجابة أسئلة الكتاب المدرسي (ص [illegible])

1 فكر وأجب:

1- المنشطات - [illegible] - [illegible].

2- [illegible] على [illegible] عالية من [illegible] [illegible] [illegible] على الكثير من [illegible] [illegible].

3- [illegible] في [illegible] [illegible] [illegible] معرفة [illegible] الانتباه وتطوير [illegible] في مجال [illegible] طريقة تلك [illegible].

4- التدريب الطبيعي هو [illegible] [illegible] القانونية [illegible] [illegible] [illegible].
أما التدريب الصناعي فهو [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].

5- عن طريق [illegible] [illegible] العمر والتقدم [illegible] [illegible] [illegible] على [illegible] عالية [illegible] [illegible] والدهون [illegible] [illegible] [illegible].

7- [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].

8- [illegible] [illegible] واحد.

9- [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] الأولى [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].

2 تطبيق:

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] الجسم [illegible] [illegible] [illegible].

[illegible] الأطعمة [illegible] بدلاً من الوجبات [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] على [illegible] الإنسان.

[illegible] [illegible] [illegible] على [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] يساعد على [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] الرياضة [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible].

٣ فكر وأجب

١- الاختيارات الأكثر صحة هي:

- سلطة الخضار الطازجة لأنها مصدر جيد للأملاح والمعادن والفيتامينات.
- شاورما من لحم الدواجن مع الخبز البلدي لأنها تحتوي على البروتين وتحمي جهاز المناعة.

٢- يجب القيام بعدة خطوات هي:

- الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة
- رفع اليد المجروحة إلى أعلى - تنظيف الجرح ثم تضميده

٤ أجب بنفسك.

٥ عن طريق اتباع العادات الصحية مثل تناول الأكل الصحي وممارسة الأنشطة الرياضية وتجنب العادات السيئة (التدخين)

إجابة تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة

على المحور الثالث (ص [illegible])

أولًا: أسئلة الصواب والخطأ

١- (✓)	٢- (✓)	٣- (✗)	٤- (✗)
٥- (✓)	٦- (✗)	٧- (✓)	٨- (✓)
٩- (✗)	١٠- (✗)	١١- (✗)	١٢- (✓)
١٣- (✓)	١٤- (✗)	١٥- (✓)	١٦- (✓)
١٧- (✗)	١٨- (✗)	١٩- (✗)	٢٠- (✓)
٢١- (✓)	٢٢- (✗)	٢٣- (✗)	٢٤- (✗)
٢٥- (✓)	٢٦- (✓)	٢٧- (✓)	٢٨- (✗)
٢٩- (✓)	٣٠- (✗)	٣١- (✓)	٣٢- (✓)
٣٣- (✓)	٣٤- (✓)	٣٥- (✓)	٣٦- (✗)
٣٧- (✓)	٣٨- (✓)	٣٩- (✗)	٤٠- (✗)

ثانيًا: اختر من المتعدد

١- (ب)	٢- (أ)	٣- (د)	٤- (جـ)
٥- (أ)	٦- (ب)	٧- (أ)	٨- (ب)
٩- (أ)	١٠- (د)	١١- (جـ)	١٢- (ب)
١٣- (أ)	١٤- (د)	١٥- (جـ)	١٦- (ب)
١٧- (جـ)	١٨- (د)	١٩- (ب)	٢٠- (د)
٢١- (جـ)	٢٢- (جـ)	٢٣- (أ)	٢٤- (د)
٢٥- (ب)	٢٦- (جـ)	٢٧- (أ)	٢٨- (أ)
٢٩- (د)	٣٠- (ب)		

إجابة اختبارات سلاح التلميذ

على المحور الثالث (ص [illegible])

الاختبار الأول

١

١- (✗)	٢- (✓)	٣- (✓)	٤- (✗)
٥- (✓)	٦- (✗)	٧- (✓)	

٢

١- (جـ)	٢- (د)	٣- (أ)	٤- (ب)
٥- (د)	٦- (أ)	٧- (جـ)	٨- (أ)

الاختبار الثاني

١

١- (✓)	٢- (✓)	٣- (✗)	٤- (✓)
٥- (✓)	٦- (✗)	٧- (✓)	

٢

١- (ب)	٢- (أ)	٣- (جـ)	٤- (د)
٥- (ب)	٦- (أ)	٧- (د)	٨- (جـ)

الاختبار الثالث

١

١- (✓)	٢- (✗)	٣- (✓)	٤- (✗)
٥- (✗)	٦- (✓)	٧- (✓)	

٢

١- (ب)	٢- (أ)	٣- (د)	٤- (جـ)
٥- (أ)	٦- (جـ)	٧- (ب)	٨- (أ)

الاختبار الرابع

١

١- (✓)	٢- (✓)	٣- (✗)	٤- (✗)
٥- (✓)	٦- (✓)	٧- (✗)	

٢

١- (د)	٢- (ب)	٣- (أ)	٤- (ب)
٥- (جـ)	٦- (د)	٧- (ب)	٨- (أ)

الاختبار الخامس

١

١- (✓)	٢- (✗)	٣- (✓)	٤- (✗)
٥- (✗)	٦- (✓)	٧- (✓)	

٢

١- (ب)	٢- (أ)	٣- (أ)	٤- (ب)
٥- (ب)	٦- (د)	٧- (ب)	٨- (د)

الإجابات النموذجية عن أسئلة المحور الرابع

الموضوع الأول (ص ٧٢)

1 ١- (✔) ٢- (✘) ٣- (✔) ٤- (✔) ٥- (✘)

2 ١- (هـ) ٢- (ب) ٣- (ب) ٤- (جـ)

الموضوع الثاني (ص ٧٨)

1 ١- (✔) ٢- (✘) ٣- (✔) ٤- (✘) ٥- (✔)

2 ١- (د) ٢- (ب) ٣- (أ) ٤- (جـ)

3 ١- الألوان ٢- البصري ٣- حسي ٤- العلامة التجارية ٥- بسيطة

تدريبات على الموضوعين الأول والثاني (ص ٧٩)

1 ١- (✘) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✔) ٥- (✔) ٦- (✘) ٧- (✔) ٨- (✘)

2 ١- (د) ٢- (د) ٣- (ب) ٤- (ب)

3 ١- (جـ) ٢- (هـ) ٣- (ب) ٤- (أ)

الموضوع الثالث (ص ٨٤)

1 ١- (✘) ٢- (✔) ٣- (✘) ٤- (✔) ٥- (✔) ٦- (✔) ٧- (✔) ٨- (✔)

2 ١- (د) ٢- (جـ) ٣- (أ) ٤- (ب) ٥- (أ) ٦- (هـ)

الموضوع الرابع (ص ٨٩)

1 ١- (✘) ٢- (✔) ٣- (✘) ٤- (✔) ٥- (✘) ٦- (✘) ٧- (✔) ٨- (✘) ٩- (✔)

2 ١- (جـ) ٢- (د) ٣- (د) ٤- (أ) ٥- (هـ)

تدريبات على الموضوعين الثالث والرابع (ص ٩٠)

1 ١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✔) ٤- (✘) ٥- (✔) ٦- (✘) ٧- (✘) ٨- (✔) ٩- (✘)

2 ١- (هـ) ٢- (د) ٣- (ب) ٤- (د) ٥- (هـ)

الموضوع الخامس (ص ٩٦)

1 ١- (✔) ٢- (✔) ٣- (✘) ٤- (✔) ٥- (✔) ٦- (✘) ٧- (✘) ٨- (✔) ٩- (✘)

2 ١- (أ) ٢- (أ) ٣- (جـ) ٤- (جـ) ٥- (ب)

إجابة أسئلة الكتاب المدرسي (ص ٩٧)

1 اقرأ وأجب

١- لتستنشق هواء نقي وتشاهد منظر خلاب.
- أخذ قسط وفير من الراحة.
- الشعور بالهدوء والسعادة.
- لتستمتع بصوت الطيور للشعور بالاسترخاء.

٢- ليتعرف العملاء على المنتج ويقبلون عليه.

٣- الإضاءة والديكور والصوت والموسيقى وتصميم الأزياء لتعزيز العمل الفني.

٤- يُعرف بفن التزيين بالخرز لرسم التصميمات المختلفة على القماش والهدف منه تزيين الملابس والمفروشات وإيصال أفكار معيّنة من خلال التصميمات المختلفة على القماش.

٥- ألبوم صور للاحتفاظ بالذكريات القيمة للأسرة.
- مطابقة أعمالهم للمطلوب على الأوراق المهمة الخاصة بهم.

2 أجيب بنفسك.

3 أجيب بنفسك.

4 أجيب بنفسك.

5 لأنه من أسباب نجاح أي عمل فني

إجابة تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة

على المحور الرابع (ص ٩٨)

أولًا: أسئلة الصواب والخطأ

١- (✓)	٢- (✓)	٣- (✗)
٤- (✓)	٥- (✓)	٦- (✗)
٧- (✗)	٨- (✓)	٩- (✓)
١٠- (✗)	١١- (✓)	١٢- (✗)
١٣- (✓)	١٤- (✗)	١٥- (✗)
١٦- (✓)	١٧- (✓)	١٨- (✓)
١٩- (✗)	٢٠- (✗)	٢١- (✓)
٢٢- (✗)	٢٣- (✓)	٢٤- (✓)
٢٥- (✗)	٢٦- (✓)	٢٧- (✓)
٢٨- (✗)	٢٩- (✓)	٣٠- (✓)
٣١- (✗)	٣٢- (✓)	٣٣- (✗)
٣٤- (✓)	٣٥- (✗)	٣٦- (✓)
٣٧- (✗)	٣٨- (✓)	٣٩- (✓)
٤٠- (✓)		

ثانيًا: الاختيار من متعدد

١- (د)	٢- (د)	٣- (جـ)
٤- (أ)	٥- (ب)	٦- (ب)
٧- (د)	٨- (ب)	٩- (جـ)
١٠- (أ)	١١- (أ)	١٢- (د)
١٣- (ب)	١٤- (أ)	١٥- (أ)
١٦- (جـ)	١٧- (ب)	١٨- (جـ)
١٩- (د)	٢٠- (أ)	٢١- (د)
٢٢- (د)	٢٣- (أ)	٢٤- (ب)
٢٥- (أ)	٢٦- (ب)	٢٧- (د)
٢٨- (أ)	٢٩- (أ)	٣٠- (ب)

إجابة اختبارات سلاح التلميذ

على المحور الرابع (ص ١٠٢)

الاختبار الأول

١	١- (✓)	٢- (✓)	٣- (✗)	٤- (✓)
	٥- (✗)	٦- (✓)	٧- (✗)	
٢	١- (ب)	٢- (د)	٣- (جـ)	٤- (أ)
	٥- (أ)	٦- (أ)	٧- (د)	٨- (أ)

الاختبار الثاني

١	١- (✓)	٢- (✗)	٣- (✓)	٤- (✗)
	٥- (✓)	٦- (✗)	٧- (✓)	
٢	١- (ب)	٢- (د)	٣- (أ)	٤- (جـ)
	٥- (ب)	٦- (ب)	٧- (أ)	٨- (د)

الاختبار الثالث

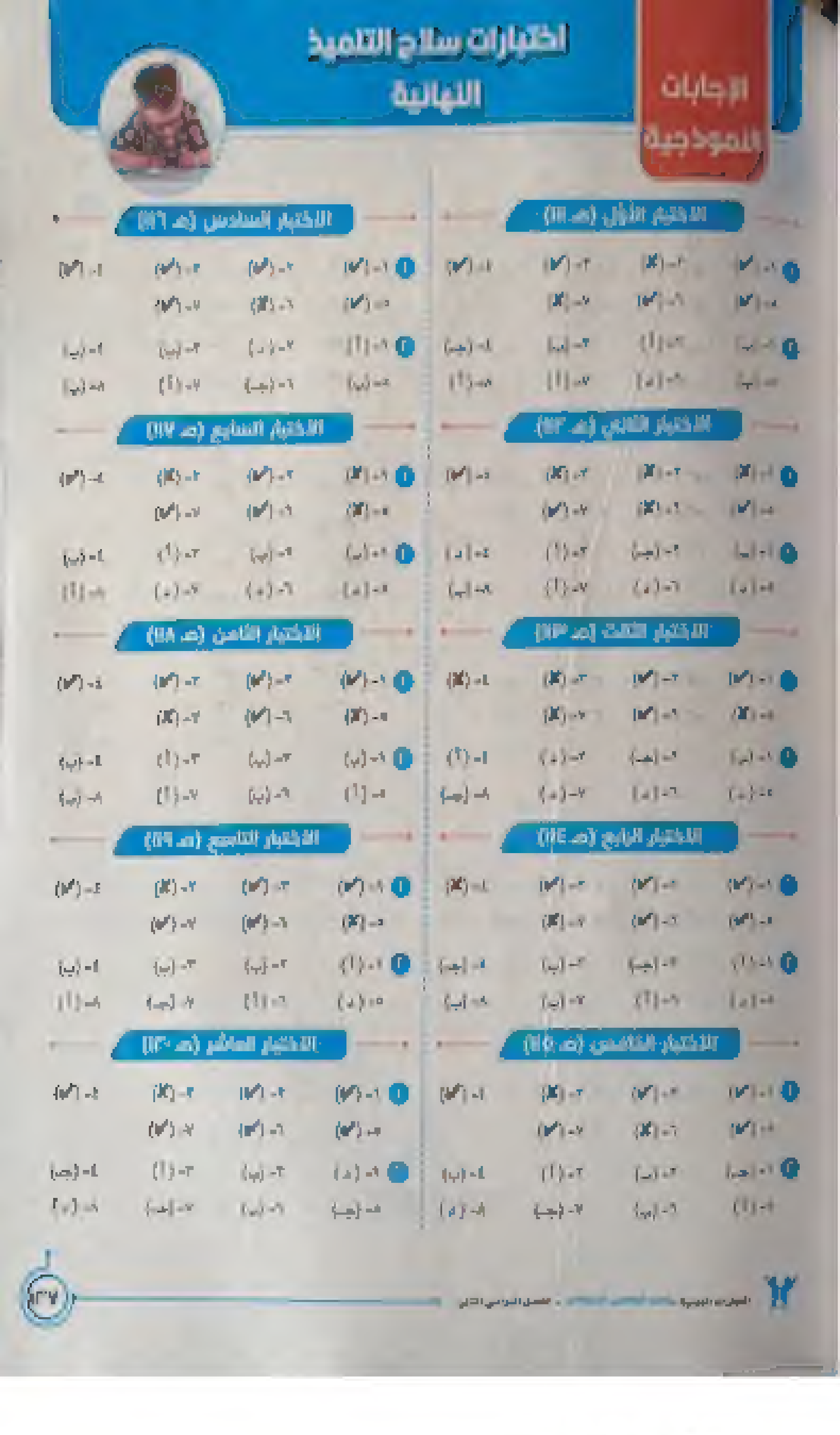
١	١- (✓)	٢- (✗)	٣- (✗)	٤- (✗)
	٥- (✓)	٦- (✗)	٧- (✓)	
٢	١- (جـ)	٢- (جـ)	٣- (د)	٤- (أ)
	٥- (جـ)	٦- (أ)	٧- (ب)	٨- (ب)

الاختبار الرابع

١	١- (✓)	٢- (✗)	٣- (✓)	٤- (✓)
	٥- (✓)	٦- (✗)	٧- (✓)	
٢	١- (ب)	٢- (د)	٣- (أ)	٤- (جـ)
	٥- (أ)	٦- (د)	٧- (أ)	٨- (ب)

الاختبار الخامس

١	١- (✓)	٢- (✗)	٣- (✓)	٤- (✓)
	٥- (✗)	٦- (✗)	٧- (✓)	
٢	١- (جـ)	٢- (د)	٣- (جـ)	٤- (ب)
	٥- (جـ)	٦- (أ)	٧- (ب)	٨- (ب)



اختبارات سلاح التلميذ النهائية

الإجابات النموذجية

الاختبار الأول (ص ١١١)

1
١-(✓) ٢-(✗) ٣-(✓) ٤-(✓)
٥-(✓) ٦-(✓) ٧-(✗)

2
١-(ب) ٢-(أ) ٣-(د) ٤-(جـ)
٥-(ب) ٦-(د) ٧-(أ) ٨-(أ)

الاختبار الثاني (ص ١١٢)

1
١-(✗) ٢-(✗) ٣-(✗) ٤-(✓)
٥-(✓) ٦-(✗) ٧-(✓)

2
١-(ب) ٢-(جـ) ٣-(أ) ٤-(د)
٥-(د) ٦-(د) ٧-(أ) ٨-(ب)

الاختبار الثالث (ص ١١٣)

1
١-(✓) ٢-(✓) ٣-(✗) ٤-(✗)
٥-(✗) ٦-(✓) ٧-(✗)

2
١-(ب) ٢-(جـ) ٣-(د) ٤-(أ)
٥-(د) ٦-(د) ٧-(د) ٨-(جـ)

الاختبار الرابع (ص ١١٤)

1
١-(✓) ٢-(✓) ٣-(✓) ٤-(✗)
٥-(✓) ٦-(✓) ٧-(✗)

2
١-(أ) ٢-(جـ) ٣-(ب) ٤-(جـ)
٥-(د) ٦-(أ) ٧-(ب) ٨-(ب)

الاختبار الخامس (ص ١١٥)

1
١-(✓) ٢-(✓) ٣-(✗) ٤-(✓)
٥-(✓) ٦-(✗) ٧-(✓)

2
١-(جـ) ٢-(ب) ٣-(أ) ٤-(ب)
٥-(أ) ٦-(ب) ٧-(جـ) ٨-(د)

الاختبار السادس (ص ١١٦)

1
١-(✓) ٢-(✓) ٣-(✓) ٤-(✓)
٥-(✓) ٦-(✗) ٧-(✓)

2
١-(أ) ٢-(د) ٣-(ب) ٤-(ب)
٥-(ب) ٦-(جـ) ٧-(أ) ٨-(ب)

الاختبار السابع (ص ١١٧)

1
١-(✗) ٢-(✓) ٣-(✗) ٤-(✓)
٥-(✗) ٦-(✓) ٧-(✓)

2
١-(ب) ٢-(ب) ٣-(أ) ٤-(ب)
٥-(د) ٦-(د) ٧-(د) ٨-(أ)

الاختبار الثامن (ص ١١٨)

1
١-(✓) ٢-(✓) ٣-(✓) ٤-(✓)
٥-(✗) ٦-(✓) ٧-(✗)

2
١-(ب) ٢-(ب) ٣-(أ) ٤-(ب)
٥-(أ) ٦-(ب) ٧-(أ) ٨-(ب)

الاختبار التاسع (ص ١١٩)

1
١-(✓) ٢-(✓) ٣-(✗) ٤-(✓)
٥-(✗) ٦-(✓) ٧-(✓)

2
١-(أ) ٢-(ب) ٣-(ب) ٤-(ب)
٥-(د) ٦-(أ) ٧-(جـ) ٨-(أ)

الاختبار العاشر (ص ١٢٠)

1
١-(✓) ٢-(✓) ٣-(✗) ٤-(✓)
٥-(✓) ٦-(✓) ٧-(✓)

2
١-(د) ٢-(ب) ٣-(أ) ٤-(جـ)
٥-(جـ) ٦-(ب) ٧-(جـ) ٨-(ب)